Luriga svam

Hösten är högsäsong för svampplockare – och för Giftinformationscentralen som svarar på samtal från oroliga svampätare. Men i ett historiskt perspektiv är det stora svampintresset något nytt. Länge såg vi svampar som något oätligt.

Text Per Westergård



FOTO: ISTOCKPHOTO


par



Det är viktigt att använda en aktuell bestämningsnyckel – eller app – för att identifiera matsvampar. Vilka som anses ätliga har ändrats genom åren.

FOTO: ISTOCKPHOTO

Svampar är luriga att hålla koll på, även om det finns de som har försökt att förenkla klassificeringen. Den grekiska läkaren Pedanius Dioskorides var en av de första. Under sin livstid, det första århundradet efter Kristus, ägnade han sig åt att beskriva växters medicinska användning och enligt honom fanns det bara två sorters svamp.

Dels de som är lämpliga att äta, dels de som är dödligt giftiga.

Klart som korvspad kan tyckas, men ändå ack så fel. Det är lite som att reducera ett släkte som beräknas bestå av kanske fem miljoner arter till att vara antingen kantareller eller flugsvampar.

Även Carl von Linné gjorde försök att systematisera svampar, och i sin svenska flora, *Flora Svecica*, namngav han ett hundratal. Men när det gäller det större sammanhanget hamnade han rejält snett när han hävdade att de mest av allt liknade maskar. Att han dessutom betraktade dem som florans vandrande pack får kanske mer betraktas som en något udda personlig åsikt.

Men om svampar inte är maskar – var hör de då hemma?

Tja, helt lätt är det inte. Svampar kan inte sorteras in bland växterna eftersom de saknar klorofyll och för att de är heterotrofa, vilket betyder att de konsumerar andra organismer för att få energi. Och inte är de djur, trots att deras cellväggar liknar insekters och kräftdjurs skal. Det som framför allt skiljer dem åt är att svampar, till skillnad från djuren, absorberar föda i stället för att äta den. Numera anses svampar tillhöra ett alldeles eget rike – fungi.

Problemet med svamp, menade vår stora botaniker, är att ”ingenstans är naturen mer föränderlig än hos svamparna, så att vi ingenstans lättare kan ta fel”. Det enda

positiva med dem var enligt Carl von Linné att den röda flugsvampen kunde användas till att fördriva vägglöss, fnöskticken till att tända eld och björktickan som kork.

ÄVEN BLAND DEN svenska allmogen ansågs svamp länge som något oätligt, men det var inte rädslan för att förgiftas som var det främsta skälet till tvehågsenheten.

– Vi människor har i alla tider undvikit den mat som vi åt senast före vi blev sjuka. Men eftersom det som regel dröjer allt från dagar till veckor innan man blir sjuk av svamp uppstår ingen koppling mellan konsumtion och illamående, säger Rickard Tellström, som är docent i måltidskunskap och etnologi vid Stockholms universitet och forskar om svensk matkulturhistoria.

Den negativa inställningen hänger mer ihop med att det i Sverige länge fanns en kulturell aversion mot det som i folkmun gick under namn som ”paddehattar” och ”kärringafisar”. Synen på svamp kan snarare liknas vid den som finns för insekter som mat i dag. Äckligt enligt de flesta, supertrendigt bland några få.

– Långt in 1800-talet var Sverige ett klan- och hederskulturssamhälle där det var socialt farligt att göra sig märkvärdig. Och dit hörde, om man tillhörde allmogen, att äta svamp. Annorlunda var det för de högre stånde. Bland dem kunde en svampstuvning fungera som en statusmarkör som visade att man hade kontakter med fint folk på kontinenten.

Även om svamp var något som var både socialt och kulturellt otänkbart att äta fanns ett än viktigare skäl för allmogen att avstå.

– I bondesamhället kom skörden före allt annat. Det var ju den som skulle se till att man överlevde vintern. Det kunde varken svamp eller skogens bär göra och därför var valet att prioritera skörden framför svamplockning både enkelt och logiskt.

ATT SVAMP I DAG är mat för gemene man kan vi mest av allt tacka skördetröskan för.

– Innan skördetröskan kom tog det omkring 250 mantimmar att skörda ett ton spannmål, en mängd som en modern skördetröska kan få ihop på ett par minuter. Även om de tidiga tröskmaskinerna inte var lika effektiva som dagens, så förändrade de villkoren för folk på landsbygden dramatiskt. Framför allt eftersom alla inte längre behövdes på åkern och att det därmed fanns tid för några att plocka både svamp och bär.

Men det var först när industrisamhället senare omdanade mattraditionen av – som han beskriver det – bibliska mått som svampen blev till den guldkant i matlagningen som den är i dag. En utveckling som Rickard Tellström gillar. Om än med ett förbehåll.

– Jag äter gärna svamp förutsatt att jag har plockat den själv. Däremot avstår jag stuvningar med blandade svampar när jag går bort på middag. Det livslånga lidandet man kan drabbas av om någon av misstag har fått med en toppig giftspindelskivling när de plockat trattkantareller är inget som lockar mig.

Han har fog för sin oro. Varje år läggs ett fyrtiotal personer in på svenska sjukhus med förgiftningssymtom. Och varje årtionde avlider tre personer till följd av svampförgiftning. Hur många som drabbas enskilda år varierar dock stort beroende på tillgången på svamp i skogen.

PÅ GIFTINFORMATIONSCENTRALEN, dit man kan ringa med frågor om alla typer av förgiftningar, är frågor om svamp vanliga. I genomsnitt hör knappt 2 000 oroliga svampplockare av sig varje år.

Paula Hernandez är apotekare och en av dem på Giftinformationscentralen som →



Förväxlingsrisken är nog obefintlig när det gäller röd flugsvamp. Det är värre med den vita släktingen.

4 000 arter i Sverige

När vi i allmänhet talar om svamp är det den synliga fruktkroppen vi menar. Den är dock bara en liten del av storsvamparna, alltså de svampar som är så stora så att vi kan se och plocka dem. Den största delen av svampen finns i stället under jorden. Där finns mycelet, som är svamparnas näringsupptagande del och består av en stor mängd hyfer, tunna vita och färgade trådar.

Totalt finns det omkring 4 000 arter av storsvampar i Sverige. I världen finns omkring 150 000 svamparter beskrivna men det verkliga antalet uppskattas vara någonstans mellan en och sex miljoner.



Intresset för att plocka svamp är relativt nytt i Sverige.

svarar på allehanda frågor om förgiftningar. Även om svampfrågorna relativt sett är få – drygt 1,5 procent av alla samtal – vill hon uppmana alla att inte ta några som helst risker i svampskogen.

– Håll dig till ett fåtal arter eftersom svamp kan vara väldigt svårt att identifiera, även för en van svampplockare. Viktigast att ha koll på är skivlingar med vita eller bruna skivor.

Hon trycker även på att vi inte ska lita på information om svampars giftighet som finns i gamla svampböcker. Vilka som klassas som matsvampar och vilka som räknas in bland giftsvamparna har i många fall ändrats genom åren. Murklor är ett exempel på svamp som har gått från att klassas som delikatess till att stämplas som förrädiskt giftiga.

– Läs även på om vilka matsvampar som lätt kan förväxlas med giftsvampar. Dessutom måste du vara noga när du rensar din svamp, inspektera dem en och en så att inga okända svampar kommer med av misstag.

Giftinformationscentralen har sett att personer med utländsk härkomst är överrepresenterade bland dem som drabbas av svampförgiftning. Därför har de tagit fram en broschyr på 29 olika språk för att informera om farliga svampar i de svenska skogarna.

– Både turister, asylsökande och invandrare har gett sig ut i svenska skogar och tyckt sig känna igen svampar som de har god erfarenhet av från sina hemländer. Tyvärr kan farligt giftiga svampar här likna matsvampar som växer i deras hemländer. Majoriteten av de fall vi känner till handlar om att de av misstag råkat förväxla vit flugsvamp med champinjon eller med asiatisk slidskivling.

KANSKE KAN GIFTSVAMPAR ändå komma till nytta. Just nu pågår en rad olika forskningsprojekt om huruvida det som i folkmun ofta kallas magiska svampar kan användas för att bota psykiatriska tillstånd. En av de svampar som studeras är toppslätskivlingen, som växer allmänt i hagar i Sverige, och som innehåller det potenta ämnet psilocybin.

Psilocybin påverkar en receptor (5HTA2) i hjärnan och likt andra psykedeliska substanser förstärker den sinnesintryck och förändrar perceptionen kring hur en person upplever sin omgivning, sitt stämningsläge och sina kognitiva förmågor. Precis de egenskaper som de som söker kickar vill åt. Problemet är bara att psilocybin även kan utlösa svåra psykoser.

”Viktigast att ha koll på är skivlingar med vita eller bruna skivor.”

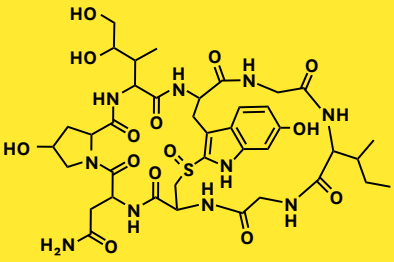
Forskarna hoppas dock att substanser utvunna ur toppslätskivling, eller andra så kallade psykedeliska svampar, ska kunna användas vid terapiresistenta depressioner. Andra försök görs för att se om de psykedeliska substanser som finns i vissa svampar kan användas för att behandla alkoholism, autism hos vuxna och olika typer av tvångssyndrom.

Per Westergård är frilansjournalist.

FOTO: ISTOCKPHOTO

Skadar lever och njurar

Här är svamparna som Giftinformationscentralen får flest frågor om:



α-AMANITIN



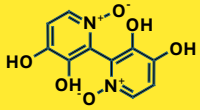
VIT FLUGSVAMP, LÖMSK FLUGSVAMP & GIFTHÄTTING

De innehåller ***amatoxiner*** – en grupp av minst åtta toxiner där ***α-amanitin*** är den viktigaste. Gifterna orsakar mycket allvarliga skador, framför allt på levern. Svampen kan leda till en dödlig förgiftning eftersom amatoxin orsakar svåra cellskador. ***Motgift finns.***

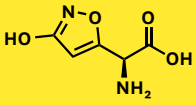
TOPPIG GIFTSPINDELSKIVLING & ORANGEBRUN GIFTSPINDLING

Svamparna kan orsaka irreversibla organskador då toxinet, ***orellanin***, skadar njurarna. Symtomen uppkommer oftast flera dygn efter konsumtion och är inledningsvis väldigt diffusa, vilket gör att det svårt att koppla ihop sjukdomskänslan med svampintaget. ***Motgift saknas.***

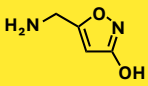




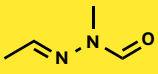
ORELLANIN



IBOTENSYRA



MUSKIMOL



GYROMITRIN



RÖD FLUGSVAMP

Innehåller två olika toxiner, ***ibotensyra*** och ***muskimol***. Dessa toxiner finns även i brun flugsvamp och panterflugsvamp men ger där inte upphov till lika allvarliga förgiftningar. Symtom som kan uppkomma är förvirring, oro, hallucinationer, samt trötthet och i allvarligare fall medvetslöshet. ***Motgift saknas*** men det finns symtomatisk behandling med god effekt.

STENMURKLA

Livsmedelsverket har sedan några år tillbaka klassat den som giftsvamp och avråder helt från att äta den – dels för de akuta förgiftningsriskerna, dels för risken för negativa hälsoeffekter på lång sikt. Toxinet som orsakar förgiftningen heter ***gyromitrin*** och den kan finnas kvar i svampen även efter att man har förvällt eller torkat svampen.

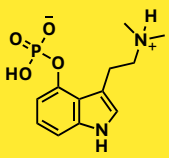


Toxinet kan ge upphov till neurologiska symtom såsom yrsel, dubbelseende och – i fall med svår förgiftning – epileptiska kramper. Det kan även ge upphov till njur- och leverskada, dock mindre allvarlig än de som ses vid förgiftning med amatoxin- eller orellanininnehållande svamp. ***Motgift finns.***

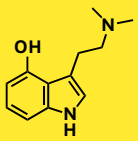
TOPPSLÄTSKIVLING

(Psilocybe-arter är svampar som till största delen används i missbrukssyfte och är kanske mer kända som ”magic mushrooms”. Svampen är narkotikaklassad i Sverige sedan 1999. Toxinerna som ger upphov till förgiftningen är ***psilocybin*** och ***psilocin***. Symtom som kan uppkomma är förändrad tids- och rumsuppfattning, overklighetskänsla, hallucinationer, oro, ångest och agitation. ***Motgift saknas*** men symtomen kan behandlas.

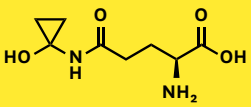




PSILOCYBIN



PSILOCIN



COPRIN

GRÅ BLÄCKSVAMP

Ytterligare en giftsvamp som har en intressant förgiftningsprofil. Den innehåller ett toxin som heter ***coprin*** och den kan ge upphov till en antabusliknande effekt om man intar alkohol ihop med svampen. Symtom som kan uppkomma är värmekänsla, hudrodnad, hjärtklappning, huvudvärk och svettningar.

PLUS:

Ytterligare giftsvampar är pluggskivling, bolmörtsskivling samt tratt- och trådskivlingar. Men Giftinformationscentralen får sällan frågor om dem, vilket indikerar att de inte är något verkligt problem.



KÄLLA: GIFTINFORMATIONSCENTRALEN · STRUKTURFORMLER: HENRIK SUNDÉN · BILD: ISTOCKPHOTO