विषालु जङ्गली च्याउहरु

> अटम (Autumn) ऋतुमा पहिलो उल्लेखनीय बर्षा भए पश्चात खतरनाक जङ्गली च्याउहरु सामान्यतया देखा पर्छन्।

> झाडि क्षेत्र, वन, सार्वजनिक पार्कहरु, खेलमैदान, विद्यालयको अण्डाकार आकारको खेलमैदान, खेत र घर नजिकैको तपाईको आफ्नै बारी बगैंचा, मल, मल्च (जस्तै कुहिन लागेको पात रुख हाङ्गाको बोक्रा) वा पराल लगायत धैरै ठाउँहरुमा च्याउहरु पाउन सकिन्छ।

> च्याउहरु सजिलै पाउन सकिने र खानको लागि आकर्षित देखिन सक्ने भएकोले जब तपाई बाहिर हुँदा, आफ्ना बालबालिकाहरु र पाल्तु जनावारहरुलाई चनाखो भई ध्यान दिनुहोला।

> अष्ट्रेलियमा पाइने विषालु च्याउहरु अन्य देशहरुमा पाइने खान योग्य च्याउहरु जस्तै देखिन्छ भनी पहिले विदेशमा बस्नु भइसकेका मानिसहरुले थाहा पाइसक्नु भएको हुनुपर्छ।

> डेथ क्याप (Death cap) च्याउहरु सवैभन्दा खतरनाक हुन्छन् र कलेजोलाई क्षति गराइ ज्यान लिन सक्छन्। पकाएर वा बोक्रा ताछेर त्यस्को विषलाई हटाउन सकिंदैन। डेथ क्याप ओक (Oak), हाजेल (Hazel), र कटुस (Chestnut) का रुखहरुमा उम्रिन सक्छ तर घातक च्याउहरु जहाँसुकै उम्रिन सक्छ। खानलाई सुरक्षित च्याउहरु त्यस्ता मात्र हुन् जुन तपाईले भरपर्दो फलफूल र तरकारी पसल वा सुपरमार्केटबाट किन्नु हुन्छ।

> यदि कसैले झुक्किएर जङ्गली च्याउ खाएमा लक्षणहरु देखा पर्नु अघिसम्म नपर्खनुहोस् **पोइजन्स इन्फर्मेशन सेन्टरको १३ ११ २६ मा (Poisons Information Centre on 13 11 26)**। मा फोन गर्नुहोस् र उहाँहरुको सुझावलाई पालना गर्नुहोस्।

जङ्गली च्याउ खाए पश्चात यदि कोही बिरामी हुनु भएमा अत्यावश्यक चिकित्सा सेवा लिनुपर्छ।

आकस्मिक अवस्थामा सधैं तिन शुन्य (000) मा फोन गर्नुहोस्
(In an emergency, always call triple zero (000)) ।

जङ्गली च्याउको विष लागेको लक्षणहरु निम्न लगायत हुन्
(Symptoms of wild mushroom poisoning include):

> तीब्ररुपले पेट बाउँडिने
> पेटको दुखाइ
> वान्ता
> वाकवाकी
> झाडापखाला

सामान्यतया लक्षणहरु च्याउ खाएको ३-६ घण्टा पश्चात सुरु हुन्छ र ३ दिनसम्म रहन सक्छ।

सवैभन्दा खतरनाक च्याउहरुका लक्षणहरु देखा पर्न ढिलाइ हुनसक्छ जुन च्याउ खाए पश्चात सुरु हुन २४ घण्टासम्म लाग्नसक्छ। (The most dangerous mushrooms can have delayed symptoms that can start up to 24 hours after eating.) ।

www.sahealth.sa.gov.au/mushroompoisoning

Government of South Australia
SA Health

FIS: 22058