

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass geringe Mengen der toxischen Elemente Arsen, Cadmium, Quecksilber, Blei und Selen in allen analysierten Pilzproben gefunden wurden. Cadmium schöpft dabei den von der WHO empfohlenen ADI-Wert am meisten aus. Da verschiedene Pilze gute Bioindikatoren bezüglich Metalle darstellen, wäre es empfehlenswert, vor allem die Cadmiumbelastung bei giftigen Champignonarten und den Selengehalt bei Steinpilzen aufmerksam zu verfolgen. Auch sollte darauf geachtet werden, dass die Belastung durch Cadmium in der Nahrung nicht weiter ansteigt. Dies kann längerfristig sicherlich nur durch entsprechende Umweltschutzmassnahmen erreicht werden.

Die gefundenen Werte zeigen, dass heute bei «normalem Konsumverhalten» erwähnter Frischpilze keine Gesundheitsgefährdung besteht; insbesondere auch deshalb, weil sich die Erntezeit dieser Speisepilze nur auf einige wenige Wochen im Jahr beschränkt. Es besteht also keine Veranlassung, die Pilze aufgrund ihres Metallgehaltes pauschal für Speisezwecke anzuprangern. Umso mehr sollte darauf geachtet werden, dass Pilze nicht als Hauptmahlzeit zu sich genommen werden. Sie sollen als willkommene Geschmacksträger in Beilagen und Saucen dienen.

Dank

Für die kritische Durchsicht des Manuskriptes möchte ich Dr. Daniel Imhof, Kantonales Labor Zürich, meinen besten Dank aussprechen.

Die Literaturliste ist beim Verfasser oder der Redaktion erhältlich.

Métaux toxiques dans les champignons comestibles. Danger pour la santé des consommateurs?

Hans-Peter Neukom

Kantonales Labor Zürich, Postfach, 8030 Zürich

Les champignons possèdent la faculté d'emmagasiner certains métaux en quantités plus ou moins importantes. Certains de ces métaux sont fortement toxiques et peuvent provoquer des empoisonnements chroniques s'ils sont consommés en grandes quantités régulièrement. Y a-t-il danger pour la santé de l'homme lors de teneurs élevées en métaux? D'où viennent ces métaux et comment parviennent-ils dans les champignons?

La signification de la contamination des champignons sauvages par des métaux toxiques a attiré l'intérêt du consommateur ces dernières années, suite à une prise de conscience de l'environnement et de la santé. Des travaux scientifiques ont démontré que les champignons, selon le genre ou l'espèce, peuvent stocker des quantités plus ou moins grandes de certains métaux. Les valeurs peuvent fortement varier en fonction des lieux de récolte.

Maladies chroniques

Certains métaux ont la propriété d'être très toxiques pour l'organisme humain à de très faibles doses déjà. Il s'agit de l'arsenic (As), du plomb (Pb), du cadmium (Cd), du mercure (Hg) et du sélénium (Se). Certains métaux absorbés par le corps ne sont éliminés que très lentement. Au contraire de la plupart des poisons, les métaux toxiques ne sont pas décomposés par le corps. Dès lors, ces métaux sont stockés dans l'organisme au cours des ans et finalement peuvent aboutir à des diverses maladies.

Qu'est-ce qui est tolérable?

Les doses acceptables de métaux absorbées, par exemple par la nourriture, la boisson, la respiration, la fumée, etc. ont été indiquées par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS). C'est l'ADI = acceptable daily intake, dose journalière moyenne tolérable. Ces valeurs sont, pour un adulte de 60 kg sur une durée de 50 ans:

Cadmium 0,060 mg/jour