



# Cueillette de champignons

Chaque année, on déplore en France un millier d'intoxications dues aux champignons.

Les conséquences sur la santé peuvent être graves : troubles digestifs sévères, complications rénales, atteintes du foie pouvant nécessiter une greffe.

Ces intoxications peuvent nécessiter une hospitalisation et conduisent parfois au décès.

Quelques recommandations pour consommer le fruit de votre cueillette en toute sécurité.

© Anses Éditions 2015 PARTIMAOI



Agence nationale de sécurité sanitaire  
de l'alimentation, de l'environnement et du travail  
14 rue Pierre et Marie Curie  
94701 Maisons-Alfort Cedex  
[www.anses.fr](http://www.anses.fr) / [@Anses\\_fr](https://twitter.com/Anses_fr)

Pour en savoir plus,  
accédez rapidement à  
l'info sur le site Anses



La cueillette de champignons sauvages est une activité qui peut comporter des risques. En effet un certain nombre de champignons ne sont pas comestibles. Il est donc indispensable d'apprendre à reconnaître les espèces de champignons.

## Les recommandations de l'Anses

- Ne ramassez pas un champignon si vous avez le moindre doute sur son état ou son identification. Certains champignons vénéneux hautement toxiques ressemblent beaucoup aux espèces comestibles.
- Cueillez uniquement les spécimens en bon état et prélevez la totalité du champignon (pied et chapeau), afin de permettre l'identification.
- Évitez les sites pollués (bords de routes, aires industrielles, décharges) car les champignons concentrent les polluants. Vous avez un doute ? Jetez le champignon.
- Déposez vos champignons séparément, dans une caisse ou un carton. N'utilisez jamais de sac plastique : il accélère le pourrissement.
- Séparez les champignons récoltés par espèce. Un champignon vénéneux peut contaminer les autres.



- Lavez-vous soigneusement les mains après avoir ramassé des champignons.
- Ne consommez pas votre récolte avant de l'avoir fait contrôler par un spécialiste. Consultez les pharmaciens ou les associations et sociétés de mycologie de votre région.
- Conservez vos champignons dans de bonnes conditions, au réfrigérateur et consommez-les dans les deux jours après la cueillette.
- Consommez-les en quantité raisonnable et de préférence de façon espacée dans le temps, après une cuisson suffisante. Ne les consommez jamais crus !



### A retenir !

En cas d'apparition d'un ou de plusieurs des symptômes associés à une consommation de champignons de cueillette (tremblements, vertiges, troubles de la vue, nausées, vomissements...), appelez immédiatement un centre antipoison ou le Centre 15.

Les symptômes apparaissent le plus fréquemment dans les douze heures après la consommation, mais dans certains cas, l'intoxication peut apparaître plus tard.

Notez les heures du ou des derniers repas, l'heure de survenue des premiers signes et conservez les restes de la cueillette pour identification.