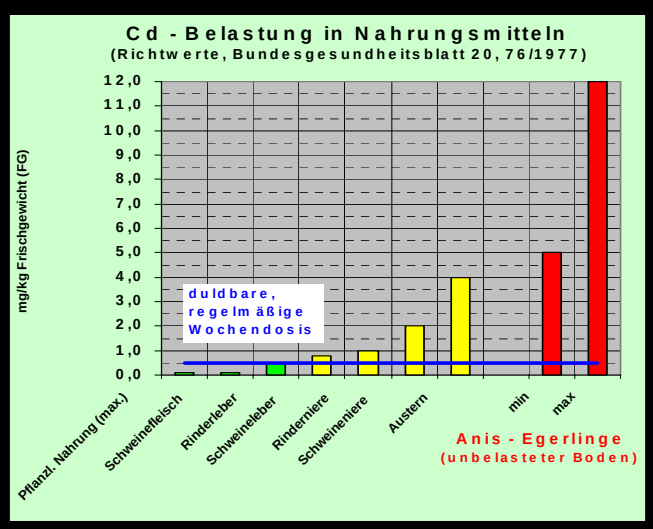
Deutsche Gesellschaft für Mykologie
www.dgfm-ev.de

Toxische Schwermetalle in Wildpilzen

Bei einigen Wildpilzarten liegt der Gehalt an dem toxischen Schwermetall Cadmium (Cd) erheblich höher als in anderen Lebensmitteln. Höhere Werte (bis zu 9 mg/kg FG) wurde auch bei Quecksilber (Hg) festgestellt.

Auch, wenn derzeit eine exakte gesundheitliche Bewertung nicht möglich ist, ist regelmäßiger Verzehr großer Mengen von Wildpilzen nicht als unbedenklich zu bewerten.



Verzehrsempfehlung für Wildpilze:

Bundesgesundheitsministerium und Weltgesundheitsbehörde (WHO) empfehlen:

„Bei regelmäßigem Verzehr sollten Erwachsene (Kinder entsprechend weniger) **nicht mehr als 200-250 g Wildpilze/Woche verspeisen** und bei regelmäßigem Verzehr von Wildpilzen auf den Verzehr weiterer belasteter Lebensmittel (Nieren, Fisch) verzichten**.“**

Zu betonen ist (in den Medien mehrfach fehlinterpretiert/unrichtig dargestellt), dass keineswegs ein „Verzicht auf Wildpilzverzehr“, sondern nur eine mengenmäßige Einschränkung bei regelmäßigem Verzehr empfohlen wird. Gegen einen gelegentlichen Verzehr größerer Mengen bestehen allerdings keine Bedenken.

Gilbende Champignons (Anis-Egerlinge) sind hoch belastet:

Sie sollten nicht regelmäßig verzehrt werden, da sie eine 50- bis 300-fache Cadmium–Bodenkonzentration anreichern können.

Schiefknolliger Anis-Egerling
(*Agaricus essettii*)

Braunschuppiger Riesen-Egerling
(*Agaricus augustus*)

Cd-frei bis Cd–arm sind:

Rötende Champignon–Arten und Röhrlinge (Boletaceae).

Cd-belastete Gebiete meiden (Sammelempfehlung):

- direkte Nähe (bis ca. 50 m) von Autobahnen, metallverarbeitenden Industriegebieten und Heizkraftwerken
- Innenstädte und Klärschlamm-belastete landwirtschaftliche Nutzflächen

Konzeption und Inhalt: Gerd Fischer