



คู่มือการจำแนกเห็ดพิษและเห็ดกินได้ในภาคสนาม

คู่มือฉบับนี้ใช้สำหรับการจำแนกชนิดของเห็ดพิษและเห็ดกินได้ที่คล้ายคลึงกันในเบื้องต้น เพื่อเป็นข้อมูลในการสังเกตเห็ดที่เก็บได้จากป่าธรรมชาติ รวมทั้งสามารถจำแนกกลุ่มของเห็ดต่าง ๆ ได้โดยพิจารณาจากลักษณะที่สำคัญในบริเวณ (key) หรือคู่มือที่แตกต่างกัน 2 ลักษณะโดยเลือกข้อที่ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" จนถึงข้อชนิดของเห็ด การใช้คู่มือนี้ต้องอาศัยการสังเกต ลักษณะที่สำคัญของดอกเห็ดอย่างใกล้ชิด เห็ดในป่าธรรมชาติในประเทศไทยมีจำนวนมากและแพร่กระจายในทุกภูมิภาค คู่มือฉบับนี้เป็นเพียงเครื่องมือสำหรับศึกษาและจำแนกเห็ดเบื้องต้นโดยเฉพาะเห็ดพิษและเห็ดกินได้ที่คล้ายคลึงกันเพื่อเป็นการเฝ้าระวังในการเก็บเห็ดพิษมารับประทานในชุมชน

รู้จักเห็ดก่อนเก็บและก่อนกิน

เห็ด หรือ ฟังไจขนาดใหญ่
เห็ด เป็นสิ่งมีชีวิตที่ไม่ใช่พืชหรือสัตว์ แต่มีความสำคัญมากต่อระบบนิเวศ ทำหน้าที่เป็นผู้ย่อยสลายเศษซากสิ่งมีชีวิตอื่น นอกจากนี้เห็ดยังเป็นสิ่งมีชีวิตที่สมชีพ (symbiosis) กับสิ่งมีชีวิตอื่นและอยู่ร่วมกันแบบพึ่งพาอาศัย เห็ดอีกกลุ่มเป็นปรสิต (parasite fungi) กับต้นไม้หรือแมลงตัวเช่นกัน เราใช้ประโยชน์จากเห็ดเป็นอาหารและเป็นยารักษาโรค

ระบบนิเวศและแหล่งอาศัยของเห็ด

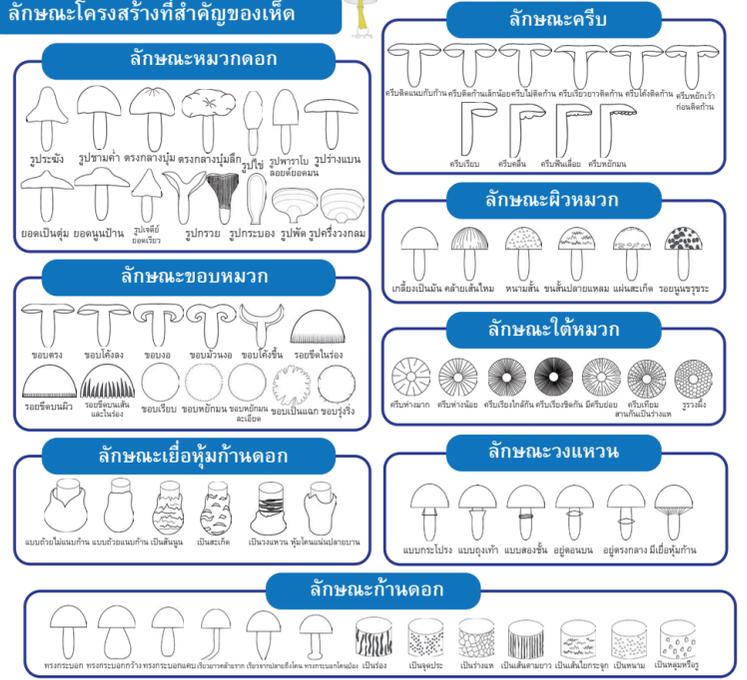
- เห็ดกลุ่มย่อยสลาย (Decomposer fungi)** พบอยู่บนพื้นดิน โตไม้ที่ตายแล้ว ขอนไม้ กิ่งไม้และใบไม้ที่ร่วงหล่น ช่วยสลายแร่ธาตุต่าง ๆ กลับสู่พื้นดินเป็นอาหารให้แก่พืช
- เห็ดกลุ่มสมชีพ (Symbiotic fungi)** พบอยู่ตามรากของต้นไม้ ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของต้นไม้และช่วยป้องกันโรคบางชนิด เช่น เห็ดระโงก เห็ดก่อ เห็ดผึ้ง หรือพอกอาศัยอยู่ร่วมกับรังปลวก เช่น เห็ดปลวกหรือเห็ดโคน
- เห็ดกลุ่มปรสิต (Parasite fungi)** พบอยู่ตามลำต้นของต้นไม้อาศัยอาหารจากต้นไม้ในการเจริญ เช่น เห็ดหิ่ง พอกอาศัยอยู่กับแมลง เช่น ถังเช่าหรือว่านจักจั่น

ส่วนประกอบที่สำคัญของเห็ด



พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์วิบูลย์กิจ พิมพ์ที่ : 236 ม.หลังเมือง 2, น.เมือง 2, เชียงใหม่
 พิมพ์ครั้งที่ : 1 กรกฎาคม 2564 จำนวน 3,000 ฉบับ / 9,999 บาท โทร: 043-221-141 โทรสาร: 043-221-120

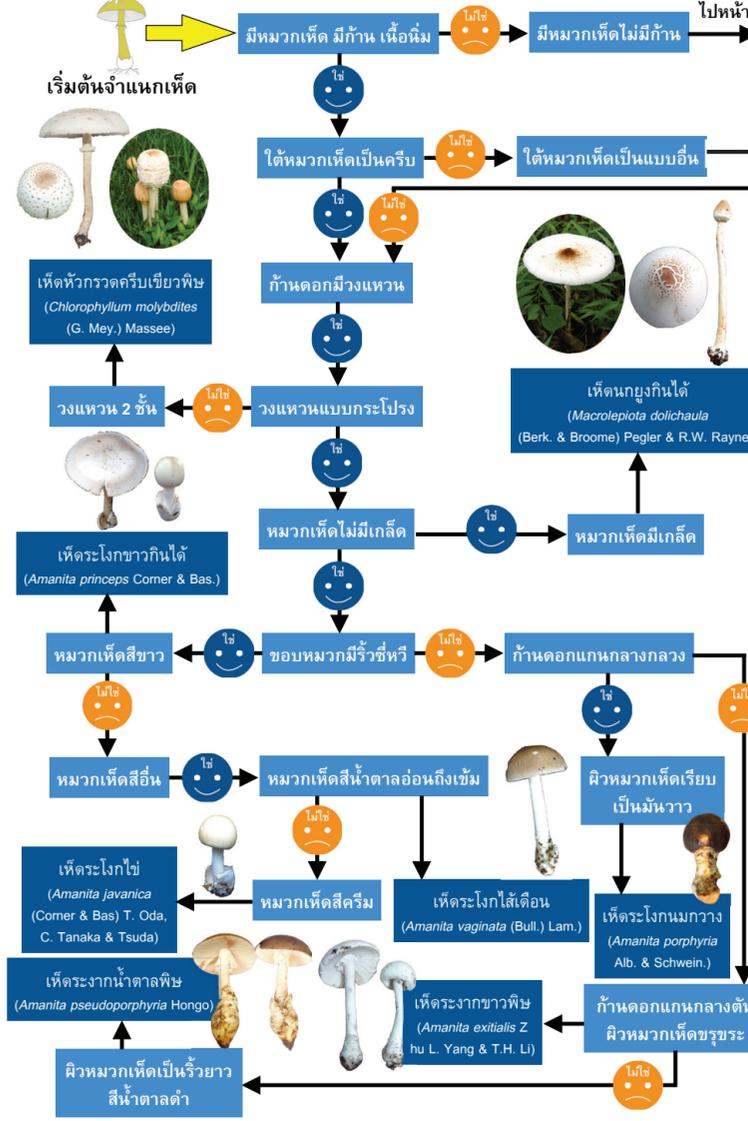
คู่มือการจำแนกเห็ดพิษ 2



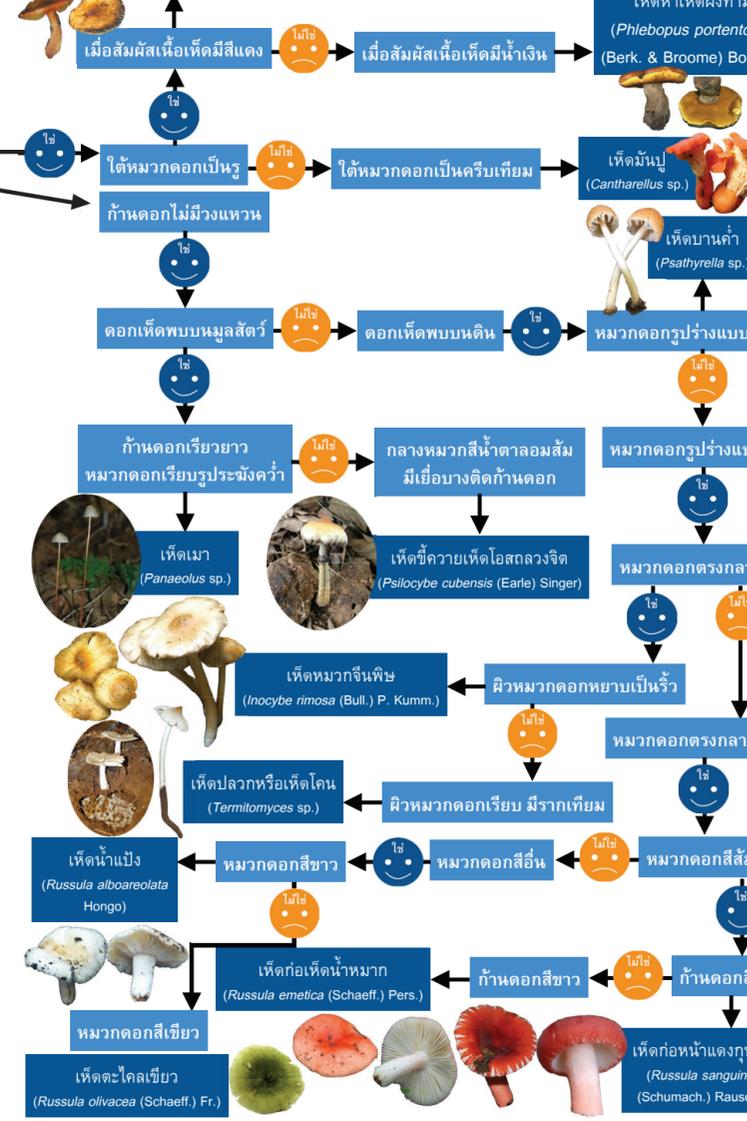
การจำแนกเห็ดในธรรมชาติ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม

- เห็ดกลุ่มเบสิดิโอมาตา (Basidiomata) หรือเรียกว่าดักลิฟังไจ** เป็นเห็ดกลุ่มที่สร้างสปอร์บนเบสิดิอูส จำแนกเป็น 13 กลุ่มย่อย ได้แก่
 - 1.1 กลุ่มเห็ดโคน ไม้หมากดอกมีครีบ ดอกมี มีก้าน เช่น เห็ดโคน
 - 1.2 กลุ่มเห็ดผึ้ง ไม้หมากดอกเป็นรูวงรีและเบ็ดเหลี่ยม ดอกมี มีก้าน เช่น เห็ดผึ้งหรือเห็ดต้นเต่า
 - 1.3 กลุ่มเห็ดตีนเป็ดหรือเห็ดตีนหมู ไม้หมากดอกเป็นรูวงรีหรือเป็นวงรีแบน มีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดตีนหมู
 - 1.4 กลุ่มเห็ดหัวหรือเห็ดหัวเต่า ไม้หมากดอกเป็นรูวงรีหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดหัวเต่า
 - 1.5 กลุ่มเห็ดหูหนูหรือเห็ดหูหนู ไม้หมากดอกเป็นรูวงรีหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดหูหนู
 - 1.6 กลุ่มเห็ดตีนเป็ด ไม้หมากดอกมีลักษณะคล้ายซี่หรือหัวเต่า มีก้าน เช่น เห็ดตีนเป็ด เห็ดหัวเต่า
 - 1.7 กลุ่มเห็ดปะการังหรือเห็ดปะการัง ดอกมีลักษณะคล้ายปะการังหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดปะการัง
 - 1.8 กลุ่มเห็ดตุ๊กตาหรือเห็ดตุ๊กตา ดอกมีลักษณะคล้ายตุ๊กตาหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดตุ๊กตา
 - 1.9 กลุ่มเห็ดดอกเข็มหรือเห็ดดอกเข็ม ดอกมีลักษณะคล้ายเข็มหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดดอกเข็ม
 - 1.10 กลุ่มเห็ดรังนก ดอกมีลักษณะคล้ายรังนกหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดรังนก
 - 1.11 กลุ่มเห็ดตีนเป็ด ดอกมีลักษณะคล้ายซี่หรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดตีนเป็ด
 - 1.12 กลุ่มเห็ดหัวหรือเห็ดหัวเต่า ดอกมีลักษณะคล้ายหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดหัวเต่า
 - 1.13 กลุ่มเห็ดตาเหิน ดอกมีลักษณะคล้ายตาเหินหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดตาเหิน
- เห็ดกลุ่มแอสโคไมตา (Ascomata) หรือเรียกว่าดักลิฟังไจ** เป็นเห็ดกลุ่มที่สร้างสปอร์ในถุงหมวกสปอร์หรือถุงเคลสัส จำแนกเป็น 3 กลุ่มย่อย
 - 2.1 กลุ่มเห็ดถ้วยเห็บ ไม้หมากดอกเป็นรูปถ้วยเห็บ มีก้าน มีเส้นใยหรือรอกของหมวกดอก ดอกมีลักษณะคล้ายถ้วยเห็บ เช่น เห็ดถ้วยเห็บ
 - 2.2 กลุ่มเห็ดดอกเข็ม ไม้หมากดอกเป็นรูปถ้วยเห็บ มีก้าน มีเส้นใยหรือรอกของหมวกดอก ดอกมีลักษณะคล้ายถ้วยเห็บ เช่น เห็ดดอกเข็ม
 - 2.3 กลุ่มเห็ดรังนก ดอกมีลักษณะคล้ายรังนกหรือหัวเต่า ไม้ก้านหรือมีก้านเป็นเส้นใยเป็นวงแหวน เช่น เห็ดรังนก

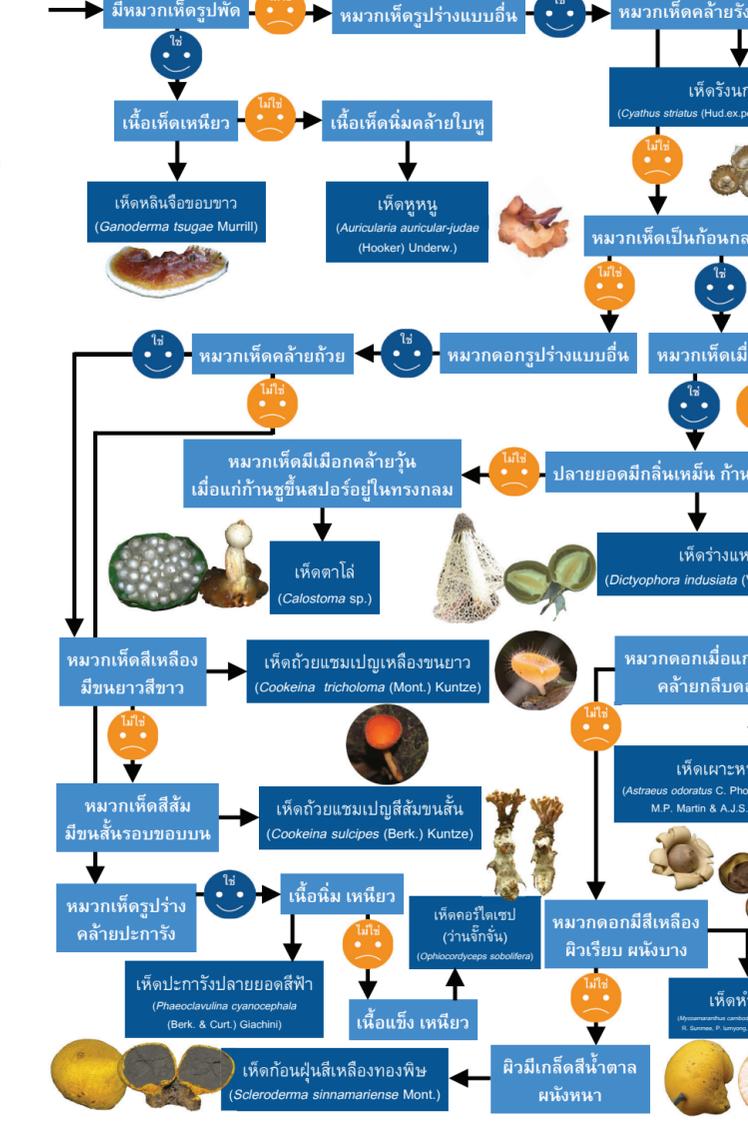
คู่มือการจำแนกเห็ดพิษ 3



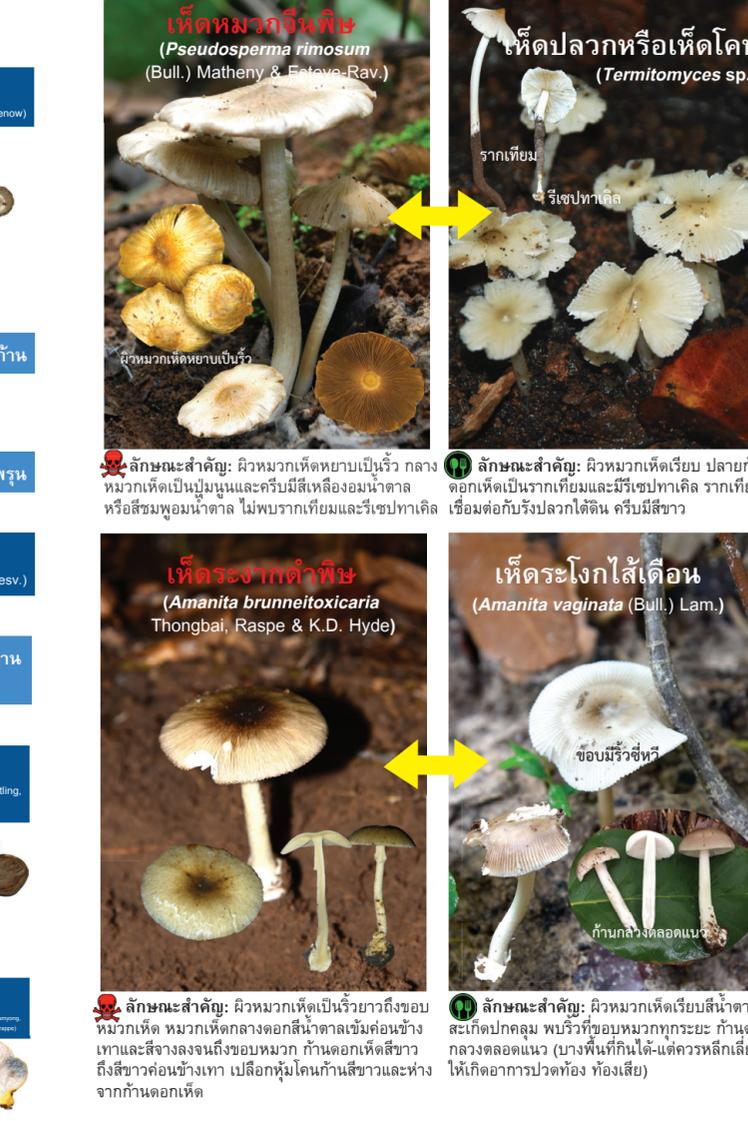
คู่มือการจำแนกเห็ดพิษ 4



คู่มือการจำแนกเห็ดพิษ 5



คู่มือการจำแนกเห็ดพิษ 6



เห็ดหมวกจีนพิษ (Pseudosperma rimosum) (Bull.) Matheny & Foster-Rav. ลักษณะสำคัญ: ไม้หมากเห็ดหมวกเป็นรูวง กลางหมวกเห็ดเป็นปุ่มนูนและครีบมีสีเหลืองอมน้ำตาล หรือสีชมพูอมน้ำตาล ไม่พบรากเทียมและรังไรขาเห็ด เชื่อมต่อกับรังปลวกใต้ดิน ครีมีสีขาว



เห็ดระงกตัวพิษ (Amanita brunneitoxicaria) Thongbai, Raspe & K.D. Hyde ลักษณะสำคัญ: ไม้หมากเห็ดเป็นรูวงถึงขอบหมวกเห็ด หมวกเห็ดกลางดอกสีน้ำตาลเข้มค่อนข้างเทาและสีจางลงจนถึงขอบหมวก ก้านดอกเห็ดสีขาวถึงสีขาวอมขี้เทา เปลือกหุ้มโคนก้านสีขาวและห่างจากก้านดอกเห็ด



เห็ดระงกไส้เดือน (Amanita vaginata) (Bull.) Lam. ลักษณะสำคัญ: ไม้หมากเห็ดเรียบสีน้ำตาลมีสเกลปกคลุม พบรังไรขาขอบหมวกตะขะ ก้านดอกกลางตลอดแนว (บางพื้นที่ที่น้ำได้แฉกรวมถึงเกล็ดที่เกาะที่สีขาวของขี้เทา เปลือกหุ้มโคนก้านสีขาวและห่างจากก้านดอกเห็ด)





เห็ดหัวกรวดครีบบีเยียวพิษ (*Chlorophyllum molybdites* (M. Sacc.) M. Sacc.) ครีบบีเยียว วงแหวน 2 ชั้น
เห็ดนกยูงกินได้ (*Macrolepiota dolichaula* (Berk. & Broome) Pegler & R.W. Rayner) ครีบบีสีขาว วงแหวนแบบกระปรอง

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกเห็ดรูปชามคว่ำ ผิวหมวกเห็ดมีเกล็ดขนาดใหญ่อันดาด ก้านดอกเห็ดมีวงแหวน 2 ชั้น ครีบบีสีขาวแล้วเปลี่ยนเป็นสีเขียวปนเทาเมื่อสปอร์แก่



เห็ดระงากขาวพิษ (*Amanita exitialis* Zhu L. Yang & T.H. Li) ก้านดินตลอดแนว
เห็ดระงากขาวกินได้ (*Amanita princeps* Corner & Bas.) ขอบมีริ้วสีหิวก้านกลางตลอดแนว

☠️ ลักษณะสำคัญ: ผิวหมวกเห็ดมีสะเก็ดหยาบสีขาว ไม่พบริ้วที่ขอบหมวกทุกระยะ ก้านดอกก้านตลอดแนว



เห็ดถ่านเลือดพิษ (*Russula subnigricans* Hongo) เมื่อผ่าดอกเห็ดมีสีสีแดงและไม่เปลี่ยนสี
เห็ดถ่านใหญ่กินได้ (*Russula nigricans* (Bull.) Fries) เมื่อผ่าดอกเห็ดมีสีชมพูและเปลี่ยนเป็นสีดำ

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกเห็ดเรียบถึงปุ่มเล็กเป็นร่อง ครีบบีเหลืองน้ำตาลเข้มถึงสีดำ มีน้ำยางสีแดงเมื่อผ่าดอกเห็ดและไม่จางหายไป



เห็ดมั้งเลือดพิษ (*Lecanum* sp.) เมื่อผ่าดอกเห็ดมีน้ำยางสีแดง
เห็ดห้าหรือเห็ดมั้งทาม (*Phlebobus portentosus* (Berk. & Broome) Boedijn) เมื่อผ่าดอกเห็ดมีน้ำยางสีน้ำตาล

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกเห็ดขนาดใหญ่สีน้ำตาลได้หมวกดอกเป็นรูสีน้ำตาลถึงน้ำตาลเข้ม มีน้ำยางสีแดงเมื่อผ่าดอกเห็ด



เห็ดระงากน้ำตาลพิษ (*Amanita pseudoporphyria* Hongo) มีเยื่อหุ้มหมวกดอก ก้านดินตลอดแนว มีเยื่อหุ้มหมวกดอก
เห็ดระงากนมกวาว (*Amanita porphyria* Alb. & Schwein.) เยื่อหุ้มโคนก้านดอกแบบขีดก้าน

☠️ ลักษณะสำคัญ: ผิวหมวกดอกไม่เรียบเป็นริ้วขาว แถบกลางตันตลอดแนว เยื่อหุ้มโคนก้านดอกแห้ง (บางพื้นที่ก็กินได้แต่ควรหลีกเลี่ยงทำให้เกิดอาการปวดท้อง ท้องเสีย)



เห็ดก้อนฝุ่นเหลืองทองพิษ (*Scleroderma sinamariense* Mont.) สปอร์สีเทาเมื่อแก่ ม้วนหงา
เห็ดขลุ่ยฟานกินได้ (*Mycoamaranthus cambodgensis* (Pat.) S. H. M. & R. Sunmee, P. Lumyong, Z.L. Yang & M. Trappe) เมื่อก้านเห็ดมีสีน้ำตาลเข้ม ม้วนหงา

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกก้อนกลม ผิวมีเกล็ดสีน้ำตาล พบลักษณะคล้ายรากสีเหลือง ดอกเห็ดอ่อนนิ่ม ม้วนหงาเมื่อผ่าครึ่ง



เห็ดบานคำ (*Psathyrella* sp.) ยอดคนสีน้ำตาล มีกระจุกเส้นใยสีขาวปกคลุมเล็กน้อย ขอบหมวกกรูรีง ก้านดอกเรียวยาว
เห็ดถั่วเห็ดโคนน้อย (*Coprinus fibrillosus* Berk. & Broome) ยอดคนสีขาวครีม มีกระจุกเส้นใยสีขาวปกคลุม ขอบหมวกกรูรีง ก้านดอกสั้นไม่เรียวยาว

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกรูปพาราโบลอยด์ ยอดคนสีน้ำตาล มีกระจุกเส้นใยสีขาวปกคลุมเล็กน้อย ขอบหมวกกรูรีง ก้านดอกเรียวยาว



เห็ดพิษก้านเทา (*Cantharocybe virosa* (Manin & K.B. Vrinda) T.K.A. Kumar) ก้านดอกเรียบสีขาวครีมถึงน้ำตาลอมเทา ก้านดอกไม่เรียบสีน้ำตาลอมเทา เยื่อหุ้มโคนก้านดอกเป็นสัน
เห็ดจั่นเห็ดดินแฮด (*Macrocybe crassa* (Sacc.) Pegler & Lodge) ก้านดอกเรียบสีขาวครีมถึงน้ำตาลอ่อน ก้านดอกเรียบขาวครีมหรือสีเหลืองอ่อน แถบกลางตัน

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกเรียบสีน้ำตาลอ่อนถึงน้ำตาลอมเทา ก้านดอกไม่เรียบสีน้ำตาลอมเทา เยื่อหุ้มโคนก้านดอกเป็นสัน



เห็ดก่องหน้าแดงกุหลาบ (*Russula sanguinaria* (Schumach.) Rauschert) ถึงแดงเข้มกุหลาบ ครีบบีขาว ก้านดอกมีสีแดง (คล้ายเห็ดก่องหน้าแดงกินได้)
เห็ดก่องเห็ดน้ำหมาก (*Russula emetica* (Schaeff.) Pers.) ถึงแดงเข้ม ครีบบีขาว ก้านดอกมีสีขาว (คล้ายเห็ดก่องหน้าแดงกินได้) มีพิษ มีก้านสีแดง

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกตรงกลางปุ่ม สีแดงถึงแดงเข้มกุหลาบ ครีบบีขาว ก้านดอกมีสีแดง (คล้ายเห็ดก่องหน้าแดงกินได้)



เห็ดระงากหินสลัก (*Amanita sculpta* Corner & Bas.) ก้านดินตลอดแนว
เห็ดระงากดอกกระถิน (*Amanita virgineoides* Bas) ก้านดินตลอดแนว

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกรูปชามคว่ำ สีขาว มีสะเก็ดคล้ายหมากกระจายทั่วหมวกดอก ก้านดอกทรงกระบอก ก้านดินตลอดแนว เยื่อหุ้มโคนก้านดอกเป็นสัน



เห็ดกระดิ่งหยก (*Entoloma virescens* (Sacc.) E. Horak ex Courtec.)
เห็ดปลวกจิก (*Termitomyces clypeatus* R. Heim)

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกรูประฆัง ขอบหมวกมีฐานเขี้ยวเล็กน้อย สีน้ำตาลเข้ม ผิวหมวกปกคลุมด้วยขนสั้น ๆ สีเหลืองอ่อน ครีบบีสีน้ำตาลเข้ม ไม่ติดก้าน ก้านดอกทรงกระบอก สีน้ำตาลเข้ม

☠️ ลักษณะสำคัญ: หมวกดอกเรียบยอดแหลม สีน้ำตาลอ่อนปลายยอดสีเข้ม ครีบบีสีขาว ปลายก้านดอกมีริ้วเทาเคล็ดกับรังปลวก

เห็ดพิษ
เห็ดพิษ คือ เห็ดที่สร้างสารพิษ (toxins) เมื่อรับประทานเห็ดดังกล่าวจะทำให้เกิดอาการอาหารเป็นพิษซึ่งความรุนแรงของอาการเจ็บป่วยขึ้นกับชนิดและปริมาณสารพิษที่เห็ดสร้างขึ้นมา เห็ดพิษบางชนิดมีผลทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย เช่น อาการระคายเคืองระบบทางเดินอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ท้องเสีย เห็ดพิษบางชนิดสร้างสารพิษรุนแรงมีผลทำให้ดับและไต่วายจนถึงแก่ชีวิต ในประเทศไทยสถานการณ์อาหารเป็นพิษจากการรับประทานเห็ดพิษพบทุกภาคในประเทศไทยส่วนมากทางภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยเห็ดพิษที่พบบ่อยและเป็นปัญหาสำคัญได้แก่ กลุ่มเห็ดระงากหรือเห็ดระงากหิน (*Amanita* spp.) มีสารพิษกลุ่ม Amatoxins ที่ทำให้ดับและไต่วายรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ กลุ่มเห็ดหมวกจีน (*Pseudosporoparia* spp.) และกลุ่มเห็ดคันฉิ่ง (*Entoloma* spp.) มีสารพิษกลุ่ม Neurotoxins มีพิษต่อระบบประสาท ทำให้เกิดอาการนำตาไหลน้ำลายไหล เห็ดหัวกรวดครีบบีเยียว (*Chlorophyllum molybdites*) มีสารพิษกลุ่ม Gastrointestinal toxins ทำให้เกิดอาการระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร คลื่นไส้ เป็นตะคริวที่ท้องท้องเสีย และกลุ่มเห็ดถ่านเลือด (*Russula subnigricans*) มีสารพิษกลุ่ม Myotoxins ที่ทำให้กล้ามเนื้อตาย มีอาการระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร ปวดกล้ามเนื้อ ไตและไต่วาย รุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

