



寄生虫による食中毒に注意!

ねりま食品衛生だより第48号 平成26年3月14日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区 3992-1183 / 石神井分室 3996-0633

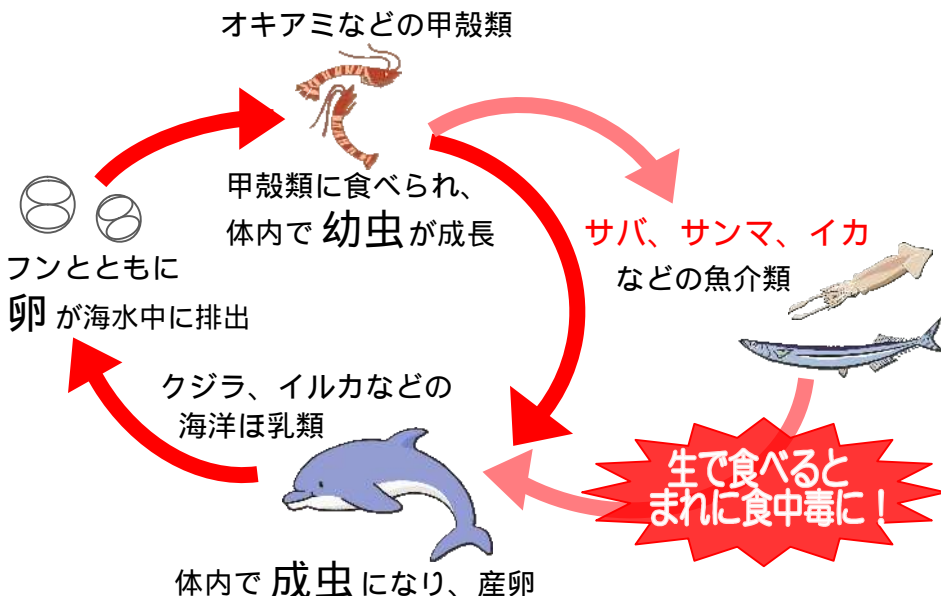
アニサキスによる食中毒



アニサキスは、魚介類や海にすむほ乳類(イルカ、クジラなど)の体内にいる寄生虫です。通常は、アニサキスが寄生した魚介類を生で食べてもふん便と一緒に排泄されますが、まれに、胃や腸壁に侵入して、激しい腹痛を伴う食中毒症状を引き起こします。だいたい食後数時間(多くが8時間以内)で激しい腹痛が起きます。また、吐き気やおう吐、じんましんなどを伴うこともあります。

原因となる食品は?

- ・サバ(しめ鯖)、サンマ、スルメイカなど
- ・他にもイワシ、サケ、アジなど150種類以上の魚介類に、アニサキスは寄生しています。



どうすればアニサキス食中毒を防げるの?

アニサキスによる食中毒を防ぐには、食べる前に「とりのぞく」か「やっつける」しかありません!



とりのぞく!

アニサキスは魚介類の内臓に多く寄生しているので、なるべく早めに内臓を取り除き、冷蔵庫で保存しましょう。アニサキスは半透明白色、渦巻状、大きさ2~3cmなので目に見えます。特に内臓に近い部分はアニサキスがないか、よく見て調理しましょう。

やっつける!

アニサキスは加熱または冷凍すると死んでしまいます。しかし、通常の料理で使用する程度のお酢やワサビ、しょうゆでは死にません。

中心部まで -20 で48時間以上冷凍しましょう。

最近仲間入り！

食中毒を引き起こす寄生虫

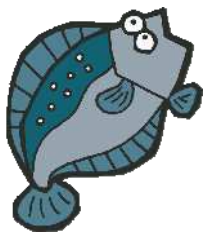
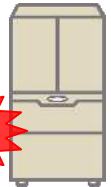
これまで原因不明とされていた食中毒や苦情の事例の中で、ヒラメの刺身や馬刺しを共通食とする事例が多く確認されてきました。しかし、検査をしても食中毒細菌やウイルスなどは検出されませんでした。そこで厚生労働省が調査した結果、下記の2種類の寄生虫が発見され、新たに食中毒の原因物質に加わりました。

クドア・セブテンpunkタータ *Kudoa septempunctata*



加熱

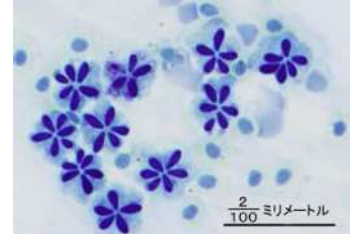
冷凍



この寄生虫がたくさん寄生したヒラメを生で食べると、食後数時間で下痢・おう吐などの食中毒症状が出ます。

ほとんどの場合、症状は軽く、速やかに回復します。また、この寄生虫は人には寄生しません。

クドア・セブテンpunkタータ



(独)水産総合研究センター提供

ポイント!



この食中毒は、ヒラメを冷凍または加熱することで防ぐことができます。

ヒラメは生食が好まれますが、冷凍すると品質が低下することから現在、冷凍以外の方法について研究が進められています。生産地(養殖場)では、出荷前のモニタリング検査や飼育環境の清浄化等の取り組みが行われています。

サルコシスティス・フェアリー *Sarcocystis fayeri*

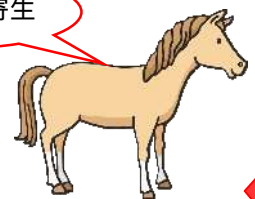
この寄生虫がたくさん寄生した馬肉を生で食べると、食後数時間で下痢・腹痛・おう吐などの食中毒症状が出ますが、ほとんどの場合、症状は軽く、速やかに回復します。

この寄生虫は、人には寄生しません。

冷凍



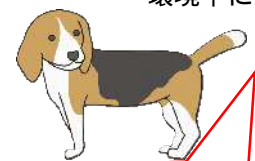
筋肉中に寄生



フンに汚染された飼料などを摂取

馬肉等を摂取

環境中に拡散



フンの中に寄生虫を排出

ポイント!



この食中毒は、馬肉を冷凍処理することで、防ぐことができます。

国内に流通する多くの生食用馬肉は、生産地で冷凍してから出荷するなどの対策がとられています。

サルコシスティス・フェアリーの生活環