

# 有毒魚介類にご注意

ねりま食品衛生だより第58号 平成28年9月26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

魚介類の中には体内に有毒な成分(自然毒)を持つものがあります。種類のわからない魚、見慣れない魚は、釣っても絶対に食べない、他人へ譲らないようにしましょう。これらの毒は、加熱調理しても、毒性は失われません。

## フグ毒

### 原因魚介類

フグ類(有毒部位はフグにより異なる)

### 中毒症状

口舌、手足のしびれや麻痺、おう吐、頭痛、言語障害など。

重症の場合は呼吸困難で死亡することもあります。

### 毒の成分

テトロドトキシン(フグ毒)



・日本では、食用できるフグの種類、漁獲場所および部位が決められています。判断はとても難しいので素人判断や素人によるフグの取扱い、調理は危険です。

・東京都では、フグ料理を出す店には、「ふぐ取扱所認証書」(ふぐ調理師がいる店)または「ふぐ加工製品取扱届出済票」(除毒済みのふぐ加工製品を調理する店)が掲示されています。

## シガテラ毒



### 原因魚介類

熱帯および亜熱帯海域の主にサンゴ礁周辺にすむ魚(ドクウツボ、オニカマス、バラハタ、バラフエダイなど)

### 中毒症状

口唇部の痛み、手足口の麻痺、おう吐、下痢など。特徴的な症状は、温度感覚の異常(ドライアイスセンセーション)

重症の場合は回復までに数か月以上かかることもあります。

### 毒の成分

シガトキシンおよび類縁化合物

東京都の卸売市場では、魚種によっては、販売の自粛が指導されています。

産地直送で魚を購入する場合には、販売者によく確認しましょう。



魚を釣った場合には、種類のわからない魚や見慣れない魚、食経験のない魚は**食べない**ようにしましょう。

## 唾液腺毒 テトラミン



## 巻貝

### 原因魚介類

ヒメエゾボラ、エゾボラモドキなどのエゾバイ科の巻貝の唾液腺。ツブ貝という通称名で売られていることもあります。

### 中毒症状

頭痛、めまい、酩酊感、眼のちらつき、おう吐など。死亡例はありません。

### 毒の成分

テトラミン

これらの殻つきの巻貝を自分でさばいて食べるときは、**貝の唾液腺を完全に除去**してから食べましょう。



## 麻痺性貝毒



## 下痢性貝毒

## 二枚貝

### 原因魚介類

貝毒をもつプランクトンが発生する水域で、これらを摂食した貝類。二枚貝などの中腸線に毒素が濃縮される。

### 中毒症状

口唇や手足のしびれや麻痺、おう吐、運動失調、言語障害など。重症の場合は死亡することがあります。

### 毒の成分

麻痺性貝毒

### 中毒症状

下痢、おう吐、腹痛など。通常 3 日以内には回復。死亡例はありません。

### 毒の成分

下痢性貝毒

日本では麻痺性貝毒や下痢性貝毒による食中毒防止のため、定期的に有害プランクトンの出現を監視モニタリングしています。また、重要貝類の毒性値を測定し、規制値を超えたものは出荷規制されます。

## その他気を付けたい魚介類



原因魚介類	アオブダイ ハコフグ	アブラボウズ、バラムツ、 アブラソコムツ、
中毒症状	激しい筋肉痛、黒褐色の排尿、呼吸困難、歩行困難など	下痢
毒の成分	パリトキシン様毒	異常脂質（トリグリセリド、 ワックスエステル）

