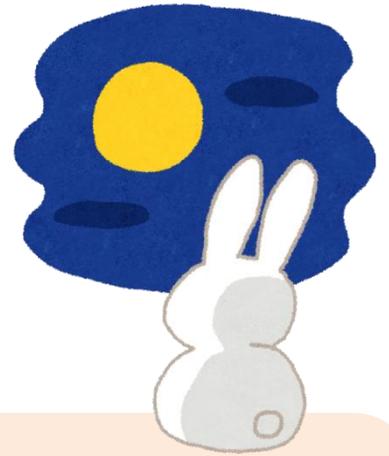


今月のテーマ：「寄生虫による食中毒」について

日本の食中毒事件数No.1！

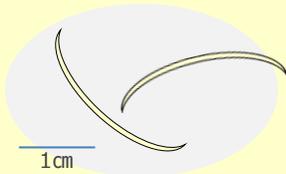
「寄生虫による食中毒」について

寄生虫と聞くと「栄養を奪われる」、「変な形をしている」、「場合によっては宿主の行動に影響を与える」などのようなイメージを持たれているのではないのでしょうか。寄生虫には、宿主にとってほとんど無害なものや健康被害を与えるものなど様々な種類があります。今回はそんな寄生虫の中でも食中毒を引き起こす寄生虫についてご紹介します。



食中毒の原因となる主な寄生虫

アニサキス



原因食品

アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどの魚介類



症状

◆ 急性胃アニサキス症

アニサキスが胃の粘膜に入り込むことによるみぞおちの激しい痛み、悪心、嘔吐（食後数時間～十数時間後）

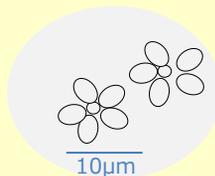
◆ 急性腸アニサキス症

激しい下腹部痛、腹膜炎（食後十数時間～数日）



90%以上がこちら

クドア



肉眼では見えない

原因食品

主に生食用生鮮ヒラメ



症状

一過性の嘔吐、下痢（食後数時間後）

サルコシスティス



筋肉中のシストは肉眼で見えるが、内包されたプラティゾイドは見えない

原因食品

馬肉



症状

一過性の嘔吐、下痢、腹痛（食後数時間後）

これらの他にもクリプトスポリジウム、回虫、トキソプラズマ、有鉤条虫などがあり、原因食品も豚肉、野菜、ジビエ肉、昆虫食など様々です。他の種類についてもっと知りたい方は「東京都福祉保健局 食品衛生の窓 食品の寄生虫」をご覧ください。

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/musi/index.html>

寄生虫による食中毒の発生状況は！？

日本の食中毒事件数は図1のように全体の約半分が寄生虫によるものです。そのほとんどはアニサキスによる食中毒で2021年では全体の約99%を占めます（図2）。アニサキス食中毒の事件数も増えていきます。輸送技術の発達により、冷凍せずに魚介類を輸送できるようになり、アニサキスも生きたまま輸送されるようになったことが一因と言われています。逆にクドアの事件数は年々減少傾向にあります。サルコシスティスは厚生労働省が観測を始めてから9年間で2件のみです。

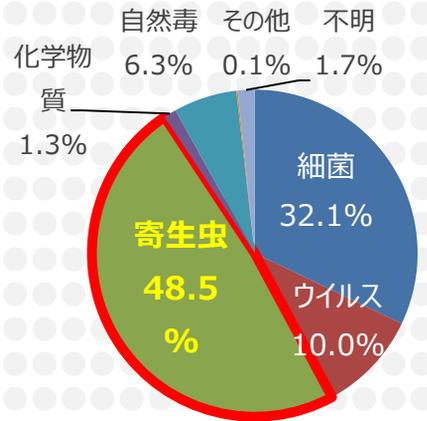


図1 2021年食中毒事件数の病因物質別割合（厚生労働省「食中毒統計」のデータを使用）

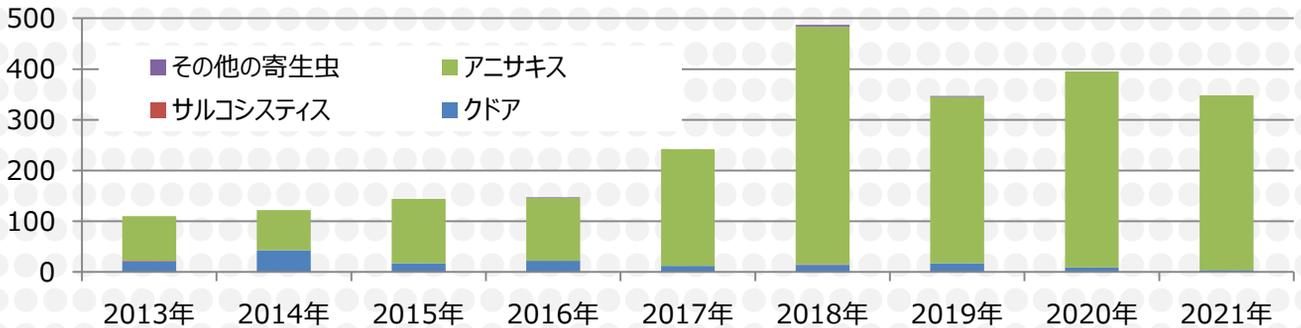


図2 寄生虫による食中毒事件数の年間推移（厚生労働省「食中毒統計」のデータを使用）

予防しよう！アニサキス食中毒

食中毒事件数の多いアニサキスの食中毒を防ぐにはどうすればよいでしょうか？

予防のポイントは魚介類に対しての「加熱」と「冷凍」です。適切な調理法を行うことでアニサキスを死滅させることができます。

加熱



※1 アニサキスは60℃1分、70℃では瞬時に死滅しますが、他の病原微生物の対策も含めて75℃、1分と設定しています

冷凍

中心部マイナス20℃以下、24時間以上※2



※2 コーデックス委員会では全寄生虫に対応する場合はマイナス20℃で7日間とされています

その他の予防ポイント（生食時）

- ・ 内臓の生食はしない
- ・ 新鮮なものを選び、早期に内臓を除去する
- ・ 目視でよく確認する（紫外線を当てて見やすくする方法もある）※3
- ・ 調味料（酢、わさび、塩、しょうゆ）では死滅しない

※3 身の中まで入ったものまでは分からないので注意！

その他、食中毒ではないですが、アニサキスアレルギーの人は死滅したアニサキスのタンパク質を接種してもアレルギー症状を呈するため、調理済みの魚介類でも喫食は避けましょう。

新型コロナウイルスに関する情報はこちら



ニイタカホームページに新型コロナウイルスに関する情報を掲載しております！

