

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

食中毒事件数の第1位をアニサキスが独占するようになって何年経つと思われませんか？

データを確認すると、アニサキスが初めて1位になったのは2018年です。それから5年間、アニサキスは食中毒事件数の第1位となっています。今回は、アニサキスを代表とする寄生虫食中毒についてご紹介します。



データで見る『寄生虫食中毒』

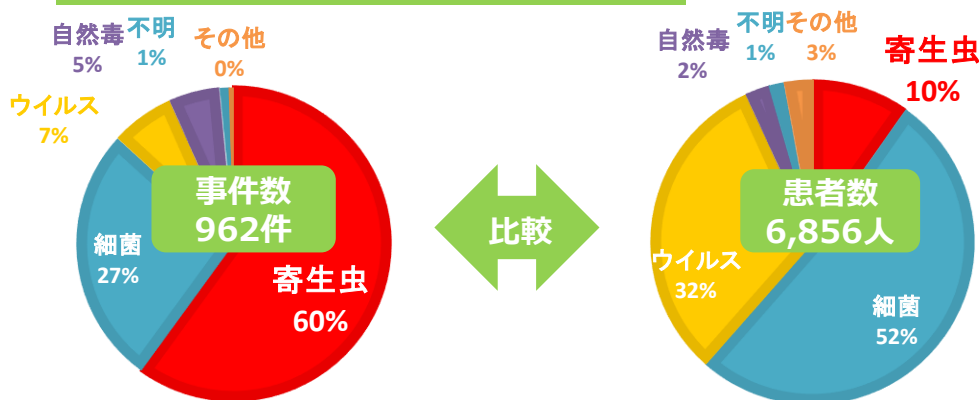


表1 食中毒事件1件当たりの患者数（算出）

要因	人/件
細菌	13.7
ウイルス	34.5
寄生虫	1.2

（厚生労働省「2022年食中毒統計」のデータを使用）

図1 2022年食中毒事件数、患者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）

寄生虫による食中毒の発生状況は！？

2022年の病因別の食中毒発生状況を『事件数』『患者数』で比べてみると、事件数では寄生虫が60%ですが、患者数では10%しかありません（図1）。

つまり、寄生虫食中毒は1件当たりの患者数が少ないことが判ります。実際に1件当たりの平均患者数を算出すると、細菌13.7人、ウイルス34.5人に対して、寄生虫は1.2人と極端に少ないことが判ります（表1）。

ここで気になるのは、寄生虫食中毒の発生施設別の割合です。寄生虫食中毒は家庭での発生が多いと思われがちですが、家庭では14%、飲食店では41%であり、飲食店が最も多く発生しています※1（図2）。

※1：不明が32%ありますので実際には多少割合が異なることが考えられます。

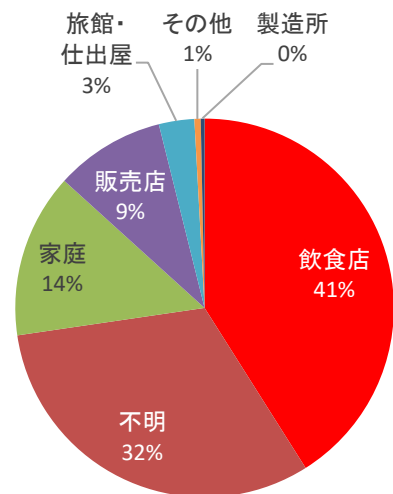


図2 2022年寄生虫食中毒の発生施設割合（厚生労働省「食中毒統計」のデータを使用）

寄生虫による食中毒の月ごとの傾向は？

寄生虫食中毒はどの季節に多いと思われますか？

2020年～2022年の月別の寄生虫食中毒の事件数をグラフ化すると、通年を通して発生していることがわかります（図3）。

寄生虫の種類別での発生状況を比較すると寄生虫食中毒事件のうち98%がアニサキスによる食中毒です。

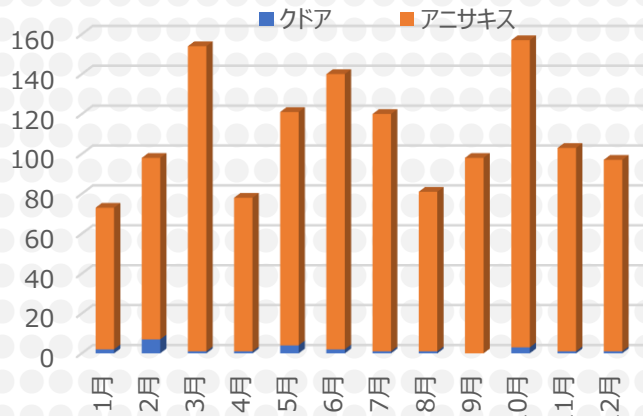
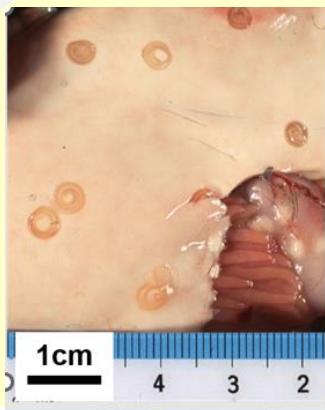


図3 月別寄生虫食中毒発生状況（2020-2022年事件数合計）
（厚生労働省「食中毒統計」のデータを使用）

アニサキス食中毒について



原因食品 サバ、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



写真 国立感染症研究所HPより <https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/314-anisakis-intro.html>

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

中心温度75℃、1分※2



※2 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※3



解凍期間

※3 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）※4
- ・ 調味料（酢、わさび、塩、しょうゆ）では死滅しない

※4 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。