

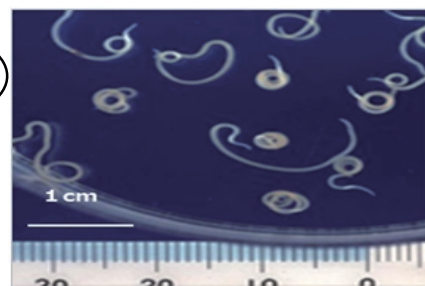
アニサキス食中毒の傾向と対策

最近、テレビや新聞で見かけることが多くなった「アニサキス食中毒」。平成30年に入り、群馬県内でもアニサキスによる食中毒が3件発生しています。今回は、厚生労働省の食中毒統計から、アニサキス食中毒の傾向と予防対策についてお伝えします。

アニサキス食中毒は、なぜ起こるの？

アニサキスは寄生虫の1種です。アニサキスの幼虫は、サバ、アジ、サンマなどに寄生していることがあり、寄生している魚介類を冷凍処理や十分な加熱調理をしないで食べると、アニサキスが胃や腸の粘膜に潜入して食中毒（アニサキス症）を発症します。1匹でも体内に入ると、発症する可能性があります。

肉眼で見つかる大きさです



●アニサキスの幼虫（厚生労働省HP「アニサキスによる食中毒を予防しましょう」より）

主な症状

病名	食べてから発症するまでの時間	主な症状
急性胃アニサキス症	数時間～十数時間	みぞおちの激しい痛み、吐き気、おう吐
急性腸アニサキス症	十数時間～数日	激しい下腹部痛、腹膜炎症状、ときに腸閉塞、腸穿孔を併発する

アニサキス食中毒の傾向

厚生労働省では、毎年食中毒に関する統計資料を公表しています。アニサキス食中毒については平成25年から調査項目に追加されました。今回はこのデータを用いて調べました。

事件数は増加傾向、1件当たりの患者数は少ない

平成25年の調査開始以来、アニサキス食中毒は増加傾向にあり、平成29年は急増しています。（図1）

平成29年に発生した食中毒の原因のうち1番多かったのは「カンピロバクター」で320件、次いで「アニサキス」で230件、「ノロウイルス」で214件の順でした。

ただし、アニサキス食中毒の1件当たりの平均患者数は1.05人で、ほとんどが患者数1名の事件でした。

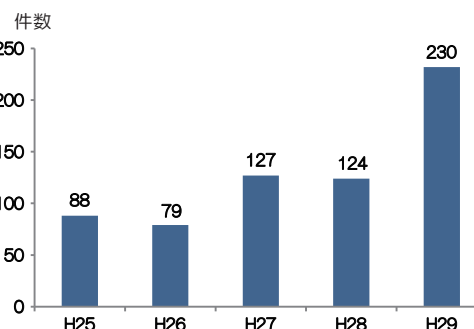


図1 アニサキス食中毒の事件数
～厚生労働省食中毒統計より～

原因食品、原因施設は？

平成29年に発生したアニサキス食中毒のうち、原因食品が明らかなものを集計した結果は図2のとおりです（複数回答あり）。

また、原因施設で1番多かったのは飲食店ですが、2番は家庭でした。アニサキス食中毒を予防するには、家庭での注意も重要です。

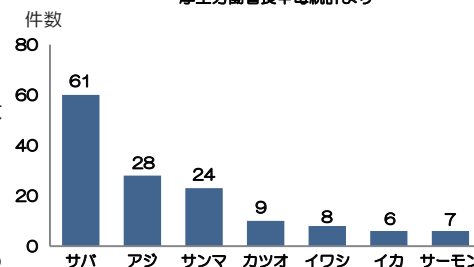


図2 原因食品別に見たアニサキス食中毒事件数
～厚生労働省食中毒統計（平成29年）より～

家庭でできるアニサキス食中毒の予防対策



生で食べるときは？

1 新鮮な魚を選び、すみやかに内臓を取り除く！

アニサキスは寄生している魚介類の鮮度が落ちると、内臓から筋肉（身の部分）へと移行し、保存温度が高いと移行しやすくなります。
新鮮な魚を低温（4℃以下が望ましい）で保存し、なるべく早いうちに内臓を取り除くことで、移行を防ぐことができます。

2 見つけたアニサキスを取り除く！

アニサキスは長さ2～3cm、太さ0.5～1mmくらいの白色の線虫で、丸まっていることが多いです。
見つけたら必ず取り除きましょう。



確実に死滅させるには？

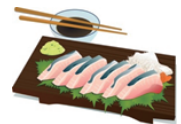
1 加熱調理する！

アニサキスの幼虫は、60℃で1分間以上の熱処理で死滅します。

2 冷凍処理する！

アニサキスの幼虫は、-20℃で24時間以上冷凍処理することで死滅します。

しょうゆ、わさび、酢などの予防効果は？



⚠️ 予防効果は期待できません！

刺身、寿司、シメサバなどの料理で使う程度の調味料や薬味の量や処理時間では、アニサキスは死滅しません。また、酸に対する抵抗性もあります。

重要!

新鮮第一！ 目視で確認！ 加熱や冷凍で予防！



**生の魚介類を食べて激しい腹痛を起こした場合は、
医療機関を受診してください。**



食の安全情報通信員募集について(お願い)

県民の皆さんに、食に対する理解を深めていただくため、この「ぐんま食の安全情報」を身近な方々に配布していただく「食の安全情報通信員」を募集しています。
お知り合いの方で、食の安全情報に興味のある方がいらっしゃいましたら、下記の問い合わせ先までお知らせください。



御意見・御感想
お問い合わせは
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室
TEL: 027-226-2424 FAX: 027-243-3426
電子メール: shokuseika@pref.gunma.lg.jp
★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。
(<http://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>)



【公式フェイスブック】