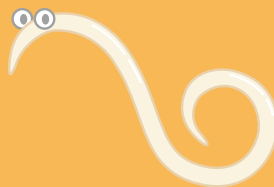




防ごう！ アニサキス食中毒



アニサキス による 食中毒とは？

アニサキスはクジラやイルカ等の海洋哺乳類の体内で成虫になる寄生虫です。半透明白色で、体長2cmから3cm位です。ヒトの体内では成長できません。アニサキスが寄生した魚介類を生で食べると、まれに胃や腸壁にアニサキスが侵入し、激しい腹痛が起こることがあります。多くが食べてから数時間から十数時間以内に起こり、吐き気、おう吐を伴うこともあります。



どんな魚に 寄生 しているの？

サバ、イワシ、ブリ、カツオのほか、スルメイカ、タラ、サンマ、アジ、サケ、ニシンなど150種類以上の魚介類に寄生しています。

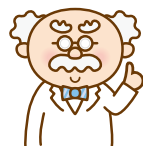


アニサキス 食中毒に ならないため には？

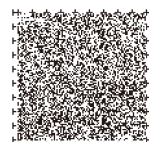
「**冷凍**」または「**加熱**」によりアニサキスは死滅します。魚の筋肉にもぐりこんだアニサキスは、右上の写真のようにつけづらいため、冷凍・加熱をしない場合は、アニサキスがついていないか **明るい場所**でよく確認し、確実に除去しましょう。

ハカセのひとくちメモ

料理で使う程度のわさび・しょう油・お酢などではアニサキスは死なないぞ！



アニサキスは魚の内臓に多く寄生しているため、内臓は生で食べないこと！時間が経つと内臓から筋肉部に移動することがあるので、魚を丸ごと買ったなら、なるべく早く内臓を取り除くことも大切だ！

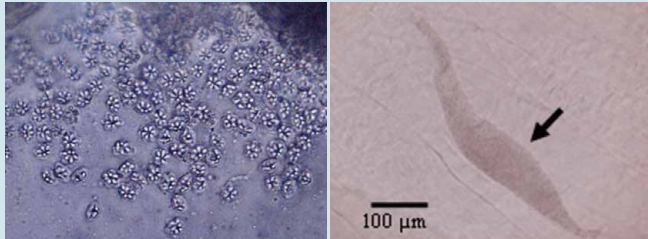


寄生虫による食中毒について

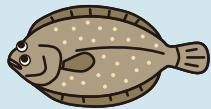


寄生虫による食中毒は、アニサキスだけではないのだ！
ここでは、アニサキス以外の、食中毒の原因になる寄生虫を紹介するぞ。

クドア・セブテンpunkタータ

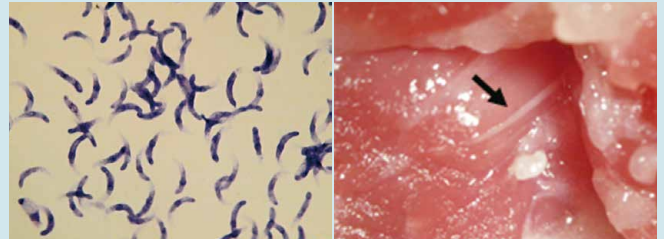


▲クドア・セブテンpunkタータの胞子 ▲ヒラメ筋肉中のクドア・セブテンpunkタータ



原因食品：ヒラメ
症状：食後数時間で下痢、おう吐

サルコシスティス・フェアリー



▲サルコシスティス・フェアリーの虫体 ▲馬肉中のサルコシスティス・フェアリーのシスト(多数の虫体を含む袋状のもの)



原因食品：馬肉
症状：食後数時間で下痢、おう吐



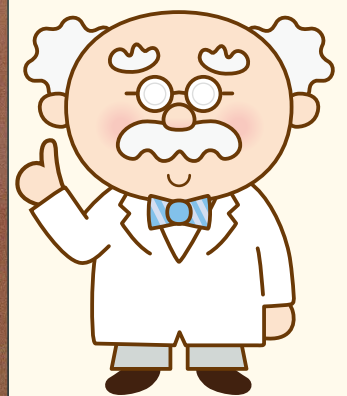
食中毒にならないようにするには
どうしたらいいんですか？



確実なのは
「冷凍」か「加熱」だね

寄生虫による食中毒予防のポイント！

- ★魚介類、肉類は十分に冷凍または加熱する。
- ★タラ、サバ類や川魚など寄生虫の多い魚は生で食べない。
- ★特にイノシシ、クマなどの野生鳥獣肉(ジビエ)は、寄生虫がいることがあるため、生や加熱不十分で食べない。



食品にはいろいろな種類の寄生虫がいることがあり、魚介類、生肉のほか、野菜や飲み水が原因となった例も報告されています。

詳しい情報は、東京都の食品安全情報サイト「食品衛生の窓」をご覧ください。

食品衛生の窓 寄生虫 検索

