

寄生虫

アニサキスによる食中毒を 予防しよう！

令和2年の山形県での食中毒 15 件のうち 8 件はアニサキスによる食中毒です。

アニサキスによる食中毒を知って、予防に努めましょう。

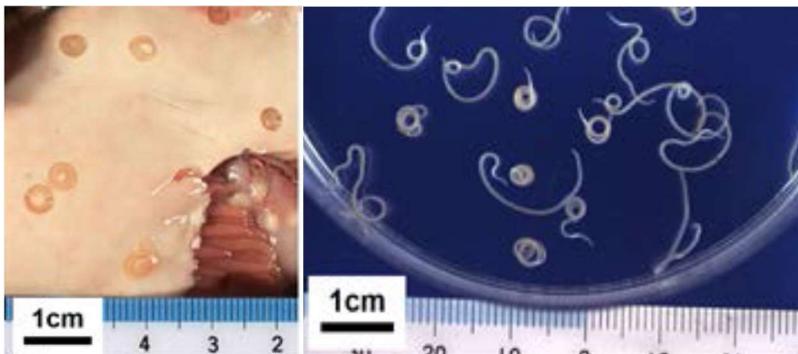
●アニサキスによる食中毒件数

アニサキスによる食中毒は近年最も多い食中毒となっています。

| 年 | H29 | H30 | R 1 | R 2 |
|-----|-------|-------|-------|-------|
| 全国 | 230 件 | 468 件 | 328 件 | 386 件 |
| 山形県 | 2 件 | 3 件 | 1 件 | 8 件 |

●アニサキスとは？

アニサキスは線虫という寄生虫です。
魚介類に寄生しているのは幼虫です。



出典：内閣府食品安全委員会「ファクトシート」H29. 2. 21

| | |
|-----|---|
| 長さ | 2～3cm |
| 太さ | 0.5～1mm |
| 色 | 半透明白色 |
| 特徴 | 太い糸のように見える |
| 寄生先 | カツオ、サンマ、サバ、 イワシ、イカ、サケ等の 魚介類の内臓や筋肉 |

アニサキス幼虫が寄生している魚介類を生で食べることで、胃壁や腸壁に刺入し、激痛をともなう食中毒を引き起こします。

●どんな症状？

《胃アニサキス症》

食後数時間後から十数時間後にみぞおちに激しい痛み、吐き気、おう吐を生じます。

絞りあげるような痛みに周期的に襲われるところが特徴的。



※疑われるときは速やかに医療機関を受診してください



内視鏡検査（胃カメラ）で、胃の粘膜にいるアニサキスを見つけだし、これを摘出します。

●アニサキスによる食中毒の予防方法

目視で確認！ **加熱・冷凍**で予防！

▼ 加熱する

60℃で1分以上 加熱しましょう。

▼ 冷凍する

-20℃で24時間以上 冷凍しましょう。

▼ 新鮮な魚を選び速やかに内臓を取り除く

内臓は生では食べないようにしましょう。

▼ 目視で確認する

よく見ると、アニサキスの幼虫が見えます。



わさび・醤油・お酢
などではアニサキス
は死滅しません！