

食後数時間で、嘔吐や下痢などの症状が出て、すぐに回復するというような事例が発生しています。

その多くは、今までに知られているような食中毒の原因となる微生物や化学物質が見つからず原因がわからないままでした。

そこで、国が調査を行ったところ、食べたメニューの中に、ヒラメの刺身や馬刺しが含まれている事例が多く、より詳しい調査から、いずれもヒラメ、馬肉に寄生する寄生虫が原因であることがわかりました。

- ▶ ヒラメの寄生虫: *Kudoa septempunctata* …以下「クドア」と表します
- ▶ 馬肉の寄生虫: *Sarcocystis fayeri* …以下「サルコシスティス」と表します



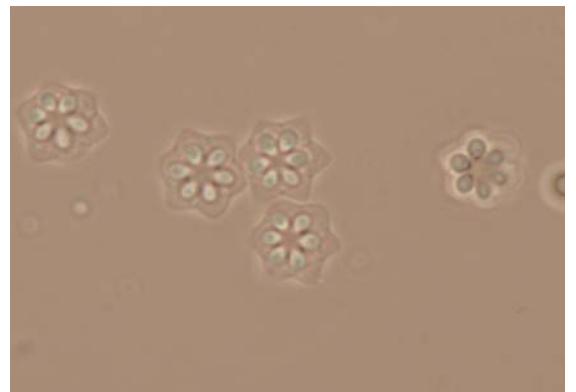
いずれの寄生虫も、人には寄生しないことがわかっていますが、寄生虫が寄生した食品を生で食べることで、嘔吐や下痢などの症状が出る場合があります。

クドアによる食中毒の対策について



クドアは、ヒラメの筋肉に寄生する粘液胞子虫です。天然ヒラメよりも養殖ヒラメに寄生している場合が多いと考えられています。

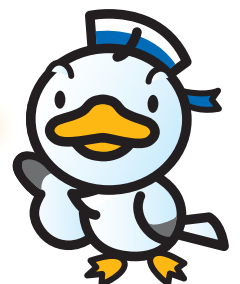
国では、「養殖施設等でのヒラメへのクドアの寄生防止対策の開発」、「養殖施設等で簡便・効率的にクドアの寄生の有無を判別できる技術の開発」など、新たな取り組みをはじめています。



クドアによる食中毒を防ぐためには

ヒラメを -15°C ～ -20°C で4時間以上冷凍する、または、中心部を 75°C で5分以上加熱します。これらの方法により、クドアの病原性はなくなります。

全てのヒラメに
寄生しているわけではないよ
寄生しているヒラメを食べても、
体調が悪くならない
こともあるよ

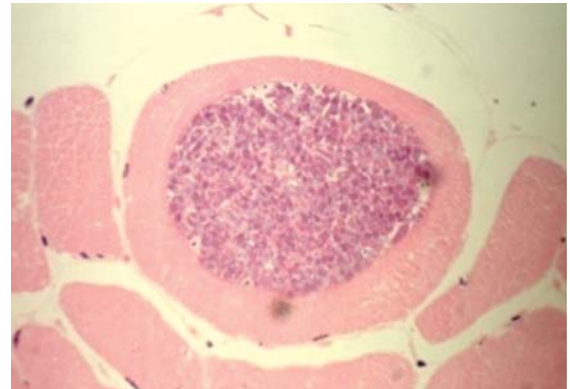


サルコシスティスによる食中毒の対策について



サルコシスティスは、馬と犬に寄生する原虫です。犬がこの寄生虫に感染すると糞便の中に寄生虫を排出し、馬はこの糞便に汚染された飼料や水を介して感染します。この寄生虫は、馬の体の中では筋肉に寄生します。

馬の飼料などが犬の糞便に汚染されるのを防いだり、牧場で飼養する犬に生の馬肉を与えないことなどによって、犬から馬への感染を防ぐことができると考えられており、国では、「農場段階での寄生を防止する対策」、「加工・流通段階での冷凍による食中毒防止対策」などを進めています。



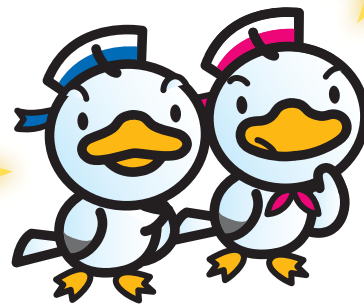
[写真：埼玉県食肉衛生検査センター提供]

👉 サルコシスティスによる食中毒を防ぐためには

馬肉を -20°C で48時間以上冷凍する、 -30°C で36時間以上冷凍する、または -40°C で18時間以上冷凍することで、サルコシスティスの病原性はなくなることがわかっています。

また、中心部までよく加熱することでも病原性はなくなります。

これも全ての馬肉に寄生しているわけではないよ
寄生している馬肉を食べても、
体調が悪くならない
こともあるよ



これは馬の筋肉に寄生したサルコシスティスの写真だよ
赤い点ひとつひとつが
寄生虫なんだって～
小さいね

ここで紹介した寄生虫はとても小さいので、寄生しているかどうかを肉眼で確認することはできません。

クドア、サルコシスティス、いずれの寄生虫も、加熱したり、冷凍することで病原性がなくなることがわかっています。ヒラメの刺身や馬刺しを食べる場合は、食中毒のリスクを減らすために、冷凍処理されたものを購入し、食べることをお勧めします。

間違えやすい有毒植物

野山での山菜採りや家庭菜園を楽しむ方が増えています。

でも、気をつけてください!! おいしい山菜や野菜にそっくりなのに、食べると健康を害する有毒植物があります。

有毒植物による食中毒は、主に家庭で発生しており、平成24年4月には、トリカブトの誤食によって2名の方が亡くなっています。

ここでは過去に食中毒の原因となった有毒植物の一部をご紹介します。

芽生えの時期は
どれもよく似ているね



春

野山で...

バイケイソウとオオバギボウシ

ハシリドコロとフキノトウ

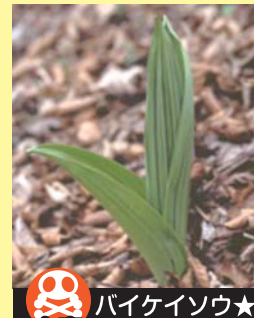


ハシリドコロ *



フキノトウ *

【症状】食後1～2時間で、嘔吐、けいれん、昏睡など



バイケイソウ★



オオバギボウシ★

【症状】食後30分～1時間で、嘔吐、下痢、血圧低下、けいれんなど(重症の場合は、死亡することもあります)

トリカブトとニリンソウ、モミジガサ、ゲンノショウコ



トリカブト ★

【症状】食後10分～20分以内で、嘔吐、下痢、手足のマヒ(重症の場合は、死亡することもあります)



ニリンソウ *



モミジガサ *



ゲンノショウコ *

気をつけましょう!

山菜を採集する時は、他の植物が混入しないように注意しましょう!



注:掲載した写真はあくまで参考です。季節、場所で色合いや大きさが違う場合があります。



通年

チョウセンアサガオとゴボウ

花はきれいなのに
食べては
いけないんだね

【症状】食後30分程度で、
口渇、体のふらつき、嘔気、
倦怠感、眠気など



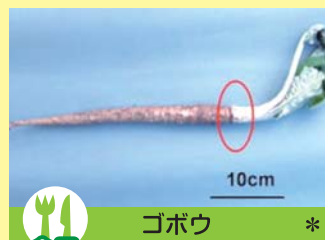
チョウセンアサガオの花*



有毒



チョウセンアサガオの根*



食用

ゴボウ*

スイセンとニラ



有毒

スイセン*



食用

市販のニラ*



スイセンの花*

【症状】食後30分以内で、
悪心、嘔吐、下痢、発汗、
頭痛、昏睡、低体温など

気をつけましょう!

食用植物と観賞用植物は
場所を分けて植えましょう!



イヌサフランとギョウジャニンニク



有毒

イヌサフラン★



食用

ギョウジャニンニク★



イヌサフランの花★

【症状】食後数時間で、嘔吐、下痢、
皮膚の知覚減退、呼吸困難など
(重症の場合は、死亡することもあります)

●もっと知りたい方のために——

厚生労働省

「有毒植物による食中毒に注意しましょう」



厚生労働省 有毒植物

検索



食べられるかどうかよくわからない植物は
「採らない」「食べない」「人にあげない」ことを守りましょう。

【写真】★厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル」*東京都健康安全研究センター提供