

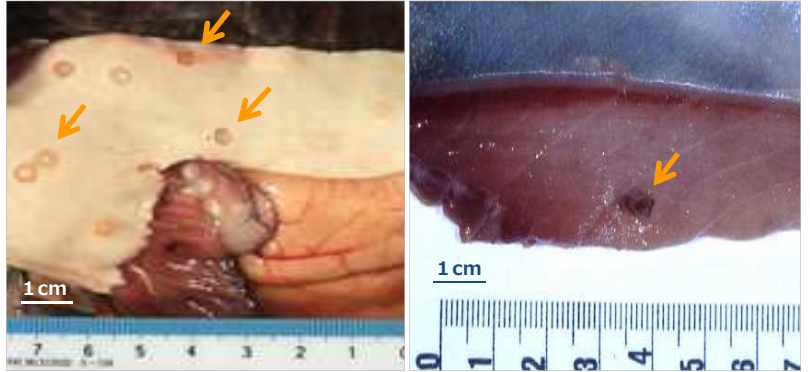
アニサキスによる食中毒を予防しましょう

生鮮魚介類に寄生したアニサキスによる食中毒が発生しています

目視で確認！**鮮度**を徹底！**加熱・冷凍**で予防！

アニサキスの特徴

- ◆寄生虫（線虫類）
- ◆約2cm～3cmで、白色の少し太い糸状
- ◆アニサキス幼虫が寄生している魚介類
サバ、サンマ、カツオ、イナダ、イワシ
アジ、イカなど

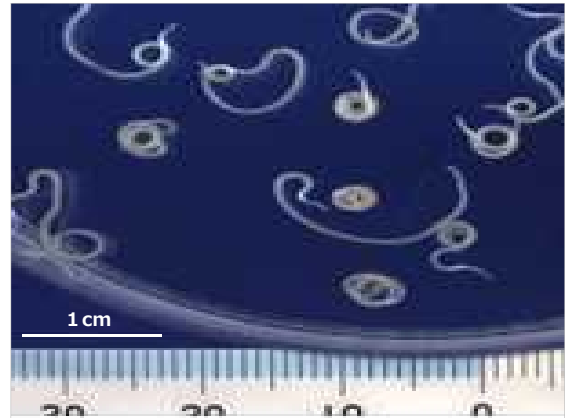


提供：（公財）目黒寄生虫館・小川和夫館長

食中毒の症状

- ◆アニサキス幼虫が寄生する生鮮魚介類を食べた後、
数～十数時間後に、激しいみぞおちの痛み、悪心、嘔吐。
→ 急性胃アニサキス症
- ◆十数時間後以降に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状など。
→ 急性腸アニサキス症

食中毒発生状況（患者数）



魚の内臓及び筋肉に寄生したアニサキス幼虫と拡大写真

予防方法

- ◆**加熱する。**（60℃で1分、70℃以上）
- ◆**冷凍する。**（-20℃で24時間以上）
- ◆**新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。**内臓を生で食べない。
※アニサキス幼虫は魚が死亡すると、内臓から筋肉に移動することが知られている。
- ◆**目視で確認して、アニサキス幼虫を除去する。**
※一般的な料理で使う程度の食酢での処理、塩漬け、しょうゆやわさびでは、アニサキス幼虫は死滅しない。

海外の予防対策

- ◆**コーデックス**
中心部の加熱（60℃で1分）又は冷凍（-20℃で24時間）、生食用の魚は -20℃で7日間又は -35℃で20時間の冷凍が、アニサキスの死滅に効果的としている。
- ◆**米国**
生食用の魚は、-35℃以下で15時間以上又は -20℃以下で7日間以上等の冷凍を勧告。
- ◆**EU**
生食用の魚及び軟体動物は、-35℃で15時間以上又は -20℃で24時間以上の冷凍を義務付け。

厚生労働省ホームページ「アニサキスによる食中毒を予防しましょう」もご覧ください。
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000042953.html>