

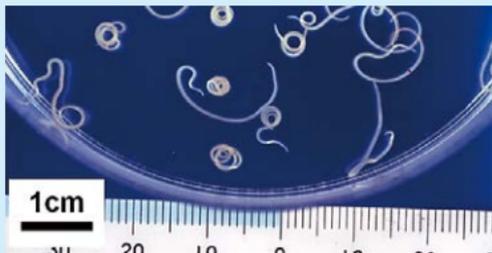


アニサキスによる食中毒に注意しましょう。

年末年始はお刺身やお寿司など、生魚を食べる機会が多くなります。生魚にはアニサキスが寄生している場合があります。特徴を知って食中毒を予防しましょう。

特徴

- ・長さ2～3cm、幅0.5～1mmの寄生虫。白色の少し太い糸のように見えます。
- ・主に、サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどに寄生。



アニサキスはオキアミなど小さな甲殻類に食べられ、このオキアミを食べた魚の体内で寄生を続けます。養殖の場合、管理されたエサを与えるので、アニサキスが寄生する可能性は低いです。

症状

アニサキスが寄生する魚を生で食べると、人の胃壁や腸管に侵入し、激しい腹痛、おう吐などの症状を引き起こします。



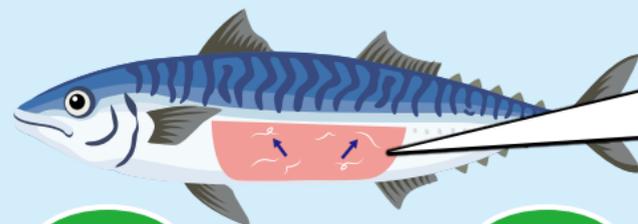
アニサキス食中毒発生状況

2020年食中毒 原因物質別

事件数 **第1位** 386件(872件中)

患者数 **第7位** 396人(14,262人中)

寄生分布と予防方法



アニサキスは主に内臓に寄生していますが、魚の鮮度が落ちると筋肉部分に移動します。

予防1

魚を丸ごと一匹購入した時は、**速やかに内臓を取り除く**

予防2

しっかり加熱

予防3

しっかり凍結

-20℃以下、24時間以上



激しい腹痛でアニサキスが疑われる場合は、すぐに病院を受診しましょう。

アニサキスが死ぬまで激しい痛みが続くため、内視鏡でアニサキスを取り除く処置が行われます。