

## 《 アニサキス食中毒 》

### ○アニサキスによる食中毒はなぜ起こるの？

アニサキス幼虫が寄生している生鮮魚介類を生（不十分な冷凍又は加熱のものを含みま  
す）で食べることで、アニサキス幼虫が胃壁や腸壁に刺入して食中毒（アニサキス症）  
を引き起こします。

### ○特徴

- ◆寄生虫（線虫類）
- ◆体長：約 2cm～3cm 色調：半透明白色
- ◆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、  
イカ、アジなど

### ○症状

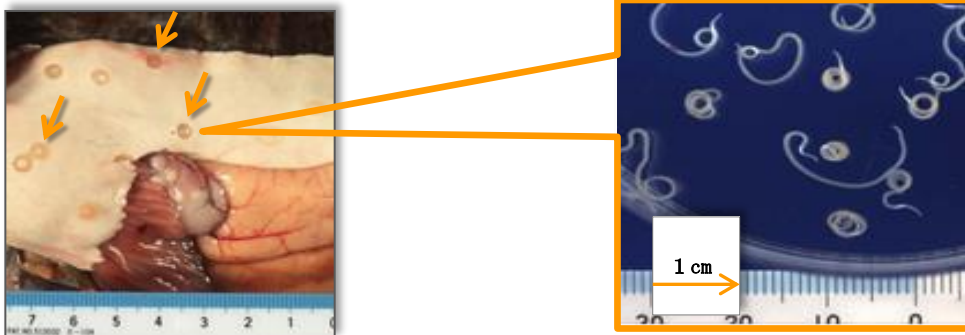
虫体が寄生した部位により、症状は異なります。

- ◆急性胃アニサキス症：食後数時間後から十数時間後に、みぞおちの激しい痛み、悪心、  
嘔吐を生じます。
- ◆急性腸アニサキス症：食後十数時間後から数日後に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状を生  
じます。

### ○予防法

- ◆加熱してください。（60℃では1分、70℃以上で瞬時に死滅します。）
  - ◆冷凍してください。（-20℃で24時間以上冷凍すると感染性が失われます。）
  - ◆新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除いてください。
  - ◆魚の内臓を生で食べない/提供しないでください。
  - ◆目視で確認して、アニサキス幼虫を除去してください。
- ※一般的な塩・わさび・酢などによる調理では、アニサキス幼虫は死滅しません。

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



写真提供：（公財）目黒寄生虫館・小川和夫館長（厚生労働省ホームページより転載）