

アニサキスによる食中毒 (アニサキス症)

アニサキスはサバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどにみられる、体長2～3cmの寄生虫です。

アニサキスが寄生している生鮮魚介類を生で食べることで、アニサキスが胃や腸に刺さり、**激しい腹痛**や**おう吐**などを起こすことがあります。



《発症までの時間》

胃アニサキス症：数時間～十数時間
腸アニサキス症：十数時間～数日

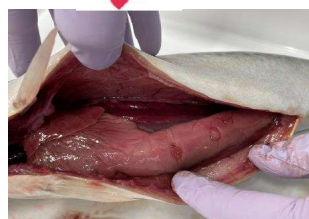


いたたたー！

アニサキスは魚介類の内臓に多く寄生していますが、**筋肉にも移動**することが知られています。



腹に近いところは要注意です。



(写真提供：さいたま市健康科学研究センター)

《予防方法》

- ・ 新鮮な魚介類を選ぶ
- ・ 内臓を速やかに取り除く
- ・ 内臓を生で食べない
- ・ 魚をよく見てアニサキスを取り除く
- ・ 加熱するか、よく冷凍させて死滅させる



一般的な料理で使用する程度の

酢、しょうゆ、わさび、塩ではアニサキスは死にません！



食中毒に気をつけましょう



さいたま市保健福祉局保健部食品・医薬品安全課
TEL:048-829-1300 FAX:048-829-1967