

魚肉すり身などによるヒスタミン食中毒にご注意!

ヒスタミンとは?

ヒスタミンは、魚肉等に含まれるアミノ酸の一種であるヒスチジンが、細菌に分解されることによってできる化学物質です。一度生成されたヒスタミンは、加熱しても分解されません。

ヒスタミン食中毒の症状は?

ヒスタミンを多量に含む食品を食べた場合に、食後30分～60分で発症し、顔面の紅潮、頭痛、じんま疹、発熱などの症状があらわれます。

原因となる食品は?

さんま、さば、まぐろ、かじき等の赤身魚及びその加工品です。



食中毒が発生しています!

仙台市内で、さんまのすり身などを使用した食品を原因とするヒスタミン食中毒が発生しています。

事例1

発生年月日:平成26年7月
原因施設:保育施設
発症者数:24名
原因食品:さんまつみれ汁



事例2

発生年月日:令和元年11月
原因施設:保育施設
発症者数:15名
原因食品:ブリの甘酒みそ焼き



◇さんますり身のヒスタミン含有量調査◇

仙台市は、平成27年～29年に、市内に流通するさんますり身のヒスタミン含有量の調査を行いました。

その結果、ヒスタミンが **88検体中35検体** から検出されました。

そのうち、食中毒発症の目安とされている **100mg/100g** を超えるヒスタミンが検出された検体は…

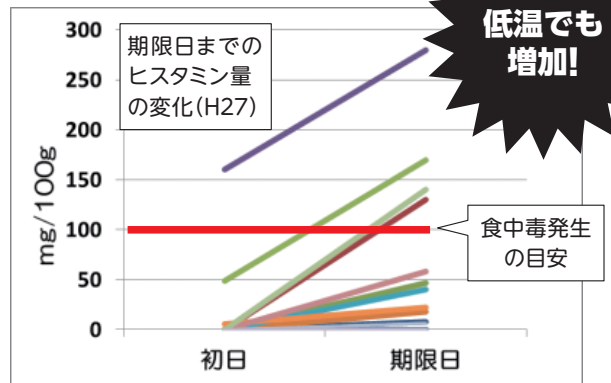
- ① さんますり身を**購入日当日**に検査したもの… **88検体中1検体**
- ② ①と同じすり身を**消費期限日**まで4℃で保存して検査したもの… **88検体中10検体**

約40%

常温保存時だけでなく、**低温保存時にもヒスタミンが増加し、消費期限内に食中毒発生レベルに達する場合があります!**



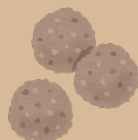
低温でも増加!



～ヒスタミン食中毒を防止するために～

すり身の製造・小分け・販売施設では…

- ・原料・製品の取扱い、保管は**低温**で行う。
- ・消費期限を設定する場合は、**科学的根拠に基づいて**設定する。
- ・**適切な表示**を行った上で、販売する。



家庭、調理施設では…

- ・消費期限内であっても、**できるだけ早く使用する。**
(ヒスタミンは熱に強く、加熱調理をしても食中毒が発生します)
- ・冷蔵庫から出したあとは**速やかに調理し、常温での解凍・放置はしない。**
- ・調理施設では**適切な表示**がされた、履歴の確かな物を仕入れる。

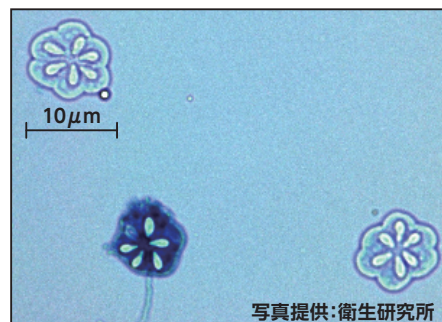


寄生虫による食中毒にご注意!

クドア

(クドア・セプテンpunkタータ)

原因: 一部のヒラメに大量のクドアが寄生する場合があります、これらの生食(刺身・寿司等)で食中毒を発症。



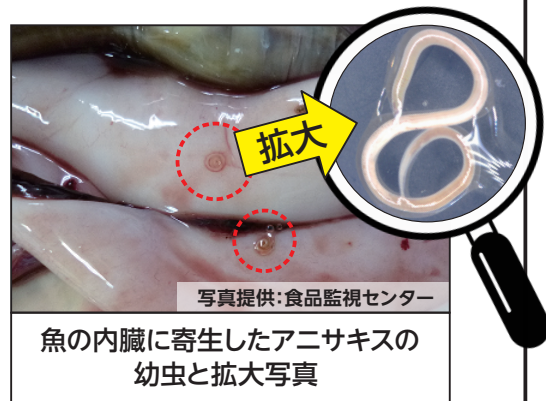
症状: 食後、数時間での下痢・嘔吐等。一過性。(治りが早い)

特徴: 寄生虫は非常に小さく、目で確認できない。

予防: 加熱調理(75℃、5分以上)、冷凍処理(-15℃~-20℃で4時間以上)が有効とされている。

アニサキス

原因: サバ・サンマ・アジ・カツオ・イワシ・イカなど多くの魚に寄生し、これらの生食(刺身・寿司等)で食中毒を発症。



症状: 食後、数時間での激しい腹痛、むかつき、嘔吐等。

特徴: 白色で幼虫の長さは2~3cm程度。内臓や身にうずまき状になって寄生する。寄生虫は内臓にいるが、鮮度が落ちると身に入りこむ。

予防: 加熱調理、冷凍処理(-20℃以下で24時間以上)が有効。生食する場合は、新鮮なうちに内臓を取り、目視で確認をして寄生虫を除去する。

最寄の各区役所保健福祉センターへ

お問い合わせは

青葉区衛生課 TEL.225-7211(代)

宮城野区衛生課 TEL.291-2111(代)

若林区衛生課 TEL.282-1111(代)

太白区衛生課 TEL.247-1111(代)

泉区衛生課 TEL.372-3111(代)

食品監視センター TEL.232-8155
(仙台市中央卸売市場内)