

サニナビ

北九州



北九州市保健所
食品監視検査課
広域指導係
小倉北区西港町 94-9
TEL 093-583-2048
FAX 093-583-2044

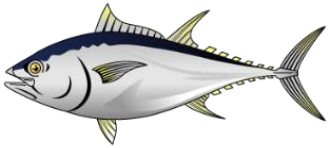
ヒスタミンによる食中毒に注意!

ヒスタミン食中毒は、赤身魚やその加工品を原因食品として起こる食中毒です。この食中毒は、夏場の暑い時期には特に注意が必要です。

そこで今回は、ヒスタミン食中毒がどんなものか、どうすれば予防できるかを説明したいと思います。

★ ヒスタミン食中毒とは?

赤身の魚には、ヒスチジン(アミノ酸の一種)が多く含まれています。魚に付着した微生物(ヒスタミン産生菌)の産生する酵素の働きで、ヒスチジンがヒスタミンに変化します。このヒスタミンを多く含んだ食品を食べることで、蕁麻疹や頭痛などのアレルギー様症状を起します。



★ ヒスタミンの特徴

一般的に、夏場はヒスタミン産生菌の増殖も速く、常温で放置するなど温度管理が不適切であると、ヒスタミンが多く産生さ

れます。また、ヒスタミン産生菌は様々あり、25℃~40℃で発育する菌もあれば、10℃以下で発育する菌もあります。そのため、冷蔵保存していても、ヒスタミンが産生されることがあります。

冷凍するとヒスタミンは増えませんが、解凍すると再びヒスタミンが増え始めます。また、一度産生したヒスタミンは、加熱しても分解されません。焼く、揚げるなどの加熱調理した食品による食中毒が多く発生しています。

ヒスタミンが増えても、見た目やおいに変化はありません。しかし、ヒスタミンが蓄積した食品を食べると、舌がピリピリすることがあります。

★ ヒスタミン食中毒の発生状況

近年、ヒスタミン食中毒は、全国で年間10件前後発生しています。原因魚種としては、多い順からマグロ、カツキ、サバ、イワシ、サンマなどがあり、上位3種で原因魚種の50%を超えています。

原因となる施設は飲食店だけでなく、給食施設でも多く発生しています。1事件あたりの平均患者数は20人程度ですが、飲

食店や給食施設などでは、100人を超える患者が発生した事例もあります。

★ ヒスタミン食中毒の予防方法

では、実際にどのように予防すればよいでしょうか。次のポイントに注意してヒスタミン食中毒を予防しましょう。

① 低温管理の徹底

新鮮な魚を仕入れ、加熱調理までは冷凍・冷蔵で保管し、常温で放置しないようにしましょう(ただし、冷蔵であっても長期間の保存は避けること)。また、鮮度が低下したおそれのある魚は、調理に使用しないようにしましょう。



② 冷凍品を使用するとき

冷凍品を解凍する際には、冷蔵庫内や流水で解凍し、常温では解凍しないようにしましょう。また、冷凍・解凍を繰り返さないようにし、解凍したものは使い切るようにしましょう。

③ 食べるときの注意点

舌に刺激を感じたり、食べるのをやめましょう。

E型肝炎が過去最多

豚・イノシシ・鹿などの生食により感染するE型肝炎の感染者が今年に入って増加し、過去最多となっています。

ジビエ料理(野生の鳥獣を使用した料理)が広まるにつれ、イノシシ・鹿などによる感染が増えています。今年度も豚肉による感染が最も多いとのこと。

肉や内臓の生食は、E型肝炎だけでなく、サルモネラ属菌食中毒などのリスクもあります。中心部まで十分に火を通して食べるようにしましょう。

食品安全情報

賞味期限を改ざんし、書類送検

賞味期限表示を改ざんしたトマト缶を販売したとして、スーパーを経営する男性が食品表示法違反で書類送検されました。送検容疑は、2014年7月末ごろ、賞味期限を約3年先に改ざんしたラベルを貼り、今年7月に客2人に計5個を販売したとしています。

ラベルの賞味期限表示を不審に思った客がメーカーに相談して発覚しました。なお、健康被害の報告はないとのこと。

編集後記

まだまだ暑い日が続きますので、体調管理に気をつけてください。
今月の写真は、「ルーヤ」です。