

アニサキスによる食中毒と予防方法

アニサキスによる食中毒は、全国で年間 300 件以上発生しています！ これは、よくニュースで報道されるノロウイルスによる食中毒を上回り、2018 年から 6 年連続で食中毒の発生件数第 1 位となっています。

アニサキスは魚介類の内臓に寄生する寄生虫です。アニサキスが寄生した魚介類を人が食べることでアニサキス症を引き起こします。



アニサキスによる食中毒は、生きた状態のアニサキスを食べることで発症するため、**アニサキスが死んでいれば、食べても問題ありません**※。
※アニサキスアレルギーの人除外



アニサキスの写真を見たい方は右の QR を読み取ってください→
(農林水産省 HP 「海の幸を安全に楽しむために ~アニサキス症の予防~」)



アニサキス症だと思ったらすぐに医療機関へ

アニサキスは半透明～白色の少し太い糸のように見え、サバ、カツオ、サンマ、アジ、イワシ、ヒラメ、サケ、イカ、タラなどによく寄生しています。



2～9 時間後



治療しないまま放置しても、1 週間程度でアニサキスは死滅し、症状が自然に治まることが多いですが、激しい腹痛だけでなく、腸がむくんで内容物の通過が悪くなる腸閉塞を引き起こし、吐き気や嘔吐、下痢などを来たすことがあります。

また、鎮痛薬（痛み止め）は一時的に症状を和らげるだけであり、**アニサキス症**が治るわけではないため、服用せずに医療機関を受診しましょう。

アニサキスが胃に刺さっている写真を見たい方は右の QR を読み取ってください→
(厚生労働省 HP 「アニサキスによる食中毒を予防しましょう」)



アニサキスによる食中毒は防ぐことができます

- 魚を購入する際は、新鮮な魚を選び、購入後、速やかに臓器を取り除く！
- 調理時に目視で確認し、アニサキスを取り除く！
- -20 ℃で 24 時間以上冷凍することで、アニサキスは死滅する！
- 60 ℃以上で 1 分間以上加熱することで、アニサキスは死滅する！
- アニサキスの体は固いが、よく噛めば死滅させることは可能！

※酢、しょうゆ、わさびなどの調味料ではアニサキスは死滅しません！



参考：厚生労働省「食中毒統計資料」、農林水産省「海の幸を安全に楽しむために ~アニサキス症の予防~」
病気がみえる vol. 6 第 2 版（メディックメディア）、恩賜財団済生会「アニサキスによる食中毒」

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽に尋ねください。

《一出張相談会—保健室に学校薬剤師が来ます》
ドラッグレターの内容、医薬品や健康、薬物乱用などについて、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！
10月16日(木) 12時35分～13時20分

作成・発行元 北陸大学薬学部
教授 大柳賀津夫(学校薬剤師)
准教授 岡本晃典(薬剤師)
5年生 中松慶悟



『相談薬局★』一覧



医薬品や健康、薬物乱用などに関して分からぬことがあつたり、もっと色々知りたいと思ったとき、相談薬局の薬剤師が相談に乗ってくれたり教えてくれます。気軽に薬局に行っても電話しても大丈夫です！（薬局が混雑しているときは、相談がすぐにできなかつたり、返事が遅くなることがあります）かかりつけの薬局がある場合は、そちらに相談しましょう。

たかやま薬局

住所：末町 19-67
電話：076-229-0031
月～金 9:00～18:30
土 9:00～17:00
スポーツファーマシストがいます！



てまり涌波薬局

住所：涌波 1-8-33
電話：076-213-5005
月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:00



朝霧台あおば薬局

住所：田上本町 3-203
電話：076-263-7800
月・火・木・金
9:00～18:00
水 9:00～17:00
土 9:00～13:00



小立野あおば薬局

住所：小立野 3-12-18
電話：076-254-1872
月・火・木・金
9:00～18:15
水 9:00～15:45
土 9:00～13:00



中村漢方薬局

住所：石引 1-5-23
電話：076-231-3758
月～金 9:00～19:00
土 9:00～17:00



末町明徳薬局

住所：末町 16-21-3
電話：076-229-2733
月・火・木・金
9:00～18:30
水 9:00～17:00
土 9:00～13:00



田上はなの木薬局

住所：田上の里 2-146
電話：076-234-1210
月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:30



もりの里はなの木薬局

住所：田上の里 2-148
電話：076-234-1170
月～土 9:00～18:30



小立野台コメヤ薬局

住所：小立野 2-42-36
電話：076-224-9191
月～金 9:00～19:00
土 9:00～13:00



合名会社 吉野薬局

住所：石引 2-6-5
電話：076-231-5147
月～金 9:00～19:00
土 9:00～18:00

