



食中毒について(その2:ヒスタミン)

前月のノロウイルスに引き続き、今回はヒスタミンによる食中毒について紹介します。平成16年度～26年度にかけて、全国で学校給食による食中毒は41件発生していますが、ヒスタミンを原因とするものが6件で、ノロウイルスの28件に次ぐ多さになっています。ヒスタミン食中毒は、季節を問わず発生しており、年間を通じて注意が必要です。

(参考:学校給食における食中毒の発生状況/学校安全 Web)



<ヒスタミン食中毒とは>

ヒスタミンによる食中毒は、ほとんどが魚介類によるものであり、マグロ、カジキなどの赤身魚やサバ、イワシ、サンマ、ブリなどの青魚、およびそれらの加工品が原因となっています。赤身魚は魚肉中にアミノ酸の一種であるヒスチジンを多く含んでいます。魚を室温で放置しておくと、ヒスチジンをヒスタミンに変えるヒスタミン生成菌が増殖し、それに伴いヒスタミンが大量に生成されます。ヒスタミンは外観や匂いでは判断できず、冷凍状態でも安定し、加熱されても壊れないため、生成されないよう適切な対策を講じることが重要です。

症状は、通常、食後数分～1時間以内に、口周りのかゆみや熱感、頭痛、嘔気、じんましんなどのアレルギー症状が現れます。重症になることは少なく、6～10時間程度で回復します。また、抗ヒスタミン剤の投与により速やかに治癒します。

学校給食において実際に起こったヒスタミン食中毒の最近の事例について概説します。

①発生日:平成28年1月21日、②有症者数:87名、③原因物質:さんまのすり身

S町学校給食センターで調理した給食を食べた小及び中学校の児童生徒の集団食中毒です。食べた直後～1時間以内に、唇のかゆみや腫れ、しびれ、発疹、嘔吐などを発症しました。保健所が調査した結果、原材料として使用された「さんまのすり身」が流通過程で不適切な取扱いがなされ、大量のヒスタミンを蓄積していたことが原因であると判明しました。

<学校給食における予防対策>

～ヒスタミンの生成・増殖を防止し、食中毒を予防しましょう～

1 検収

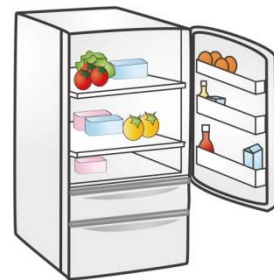
- ・原材料を仕入れる際には、適切な検収(包装容器等の状態、品温、消費期限等の確認)を行うこと。

2 調理

- ・鮮度が低下したおそれのある魚は使用しないこと。
- ・原料魚を解凍する際は、必ず冷蔵庫内で行い、常温解凍は避けること。
- ・低温管理を徹底し、解凍後は速やかに加熱調理すること。
- ・一度解凍したものは再凍結はせず、使い切ること。

3 検食

- ・検食時に、唇や舌先にピリピリとした刺激を感じた場合、速やかに給食を中止すること。



(参考:食と健康 2016.7月号、ヒスタミン食中毒の特徴と予防方法/学校安全 Web)