

《 アニサキス食中毒 》

○ア サキスによる食中毒はなぜ起こるの？

アニサキス幼虫が寄生している生鮮魚介類を生（不十分な冷凍又は加熱のものを含みま
す）で食べることで、アニサキス幼虫が胃壁や腸壁に刺入して食中毒（アニサキス症）
を引き起こします。

○特徴

◆寄生虫（線虫類）

◆体長：約 2cm～3cm 色 調：半透明白色

◆アニサキス幼虫が寄生している魚介類：サバ、サンマ、カツオ、イナダ、イワシ、
イカ、アジなど

○症状

虫体が寄生した部位により 症状は異なります。

◆急性胃アニサキス症： 数時間後から十数時間後に、みぞおちの激しい痛み、悪心、
嘔吐を生じます。

◆急性腸アニサキス症：食後十数時間後から数日後に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状を生
ず。

○予防法

◆加熱 してください。（60℃ は1分、70℃以上で瞬時に死滅します。）

◆冷凍 してください。（-20℃で24時間以上冷凍すると感染性が失われます。）

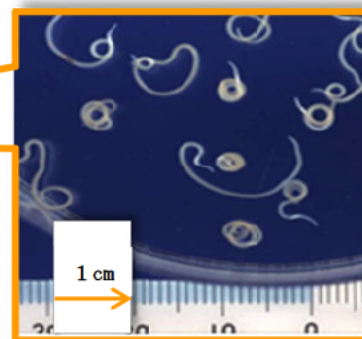
◆新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除いてください。

◆魚の内臓を生で食べない/ 提供しないでください。

◆目視で確認して、アニサキス幼虫を除去してください。

※一般的な料理で使う程度のり量や濃度（塩・わさび・酢など）では、アニサキス幼虫は死
滅しません。

魚の内臓及び 身に寄生したアニサキス幼虫と拡大写真



写真提供：

寄生虫館・小川和夫館長（厚生労働省ホームページより転載）