

食の安全安心通信

いっしょに考えてみましょう

42

お肉が原因の食中毒が多発 しっかり加熱して食べて

細菌による食中毒が増える季節になりました。近年目立つのが、牛肉、鶏肉が原因の食中毒。多くは、肉を生やたたきなどで食べることにより起きています。肉の食中毒は生死にかかわります。しっかり加熱して食べましょう。

ユッケ事件を忘れない

牛肉の食中毒で目立つのは、腸管出血性大腸菌によるもの。2011年、富山県などの焼肉店が提供したユッケが原因で計5人が亡くなった事件は、皆さん忘れていませんね。その後、ユッケや肉たたきを飲食店で提供するには厳しい規制が課せられることとなりましたが、違反してこっそり提供し食中毒を引き起こす、というお店が後を絶ちません。

鶏肉も、同じように生で食べるのは危険です。鶏肉でリスクとなるのは主に、カンピロバクターという細菌。食べてから1~7日後に発症し、下痢、腹痛、発熱、嘔吐、頭痛などの症状に見舞われます。さらに怖いのは後遺症。一部の人には、感染してから数週間後に「ギラン・バレー症候群」になります。手足や顔面神経の麻痺、呼吸困難などに見舞われ、時には死に至りますが、治療法は確立されていません。

カンピロバクター食中毒事件の原因の多くは、飲食店で提供される鶏ささみやレバーの刺身、鶏たたきなど、生の鶏料理。それに、加熱不足により半生で提供される焼き鳥も目立ちます。毎年約300件の食中毒が起き、患者数は2000人に上ります。細菌による食中毒では第1位の発生数。ところが、まだ規制が緩く、消費者や飲食店の関心も低いのが気になります。

「新鮮だから安全」は間違い

お店によっては「新鮮だから安全。生で食べられる」などとうたうところもありますが、それは間違い。カンピロバクターは、鶏や人などの腸管内で増殖しますが、酸素が多く乾燥したところでは弱く死滅しやすいため、鶏肉になってからは増殖しません。新鮮な鶏肉がもっとも危ないのです。厚生労働省の研究事業により、市販鶏肉の約7

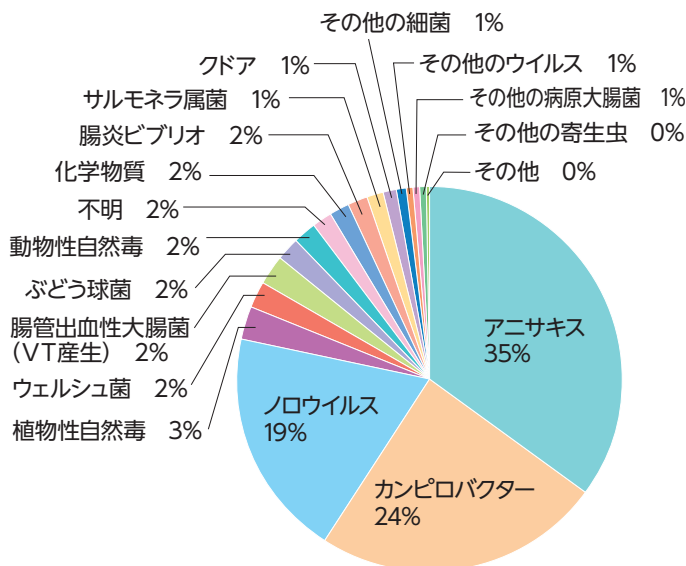


割にカンピロバクターが付着していることがわかっていますが、鶏肉を扱う飲食店などの中には、そうした知識を持たず提供しているところがあります。

お店では、生食メニューは注文せず、出された焼き鳥などが半生かな、と思えたら、「しっかり焼いて」と頼みましょう。家で鶏肉を料理する時も十分加熱を。まな板や包丁などは使い分け、鶏肉から菌が他の料理に移らないようにしましょう。

生焼けハンバーグも、牛肉や豚肉、鶏肉などを使用し、中に腸管出血性大腸菌やサルモネラ菌、カンピロバクターなどが入り込んでいて生きている可能性がありますので、注意しましょう。

2018年の食中毒件数(計1330件)



原因物質別の食中毒件数(2018年、厚生労働省調べ)

アニサキスは、サバ、アジ、イカなどに多い寄生虫。1件あたりの患者数は少ないが近年、件数が非常に増えている。細かく切ったり加熱調理することにより、食中毒を防げる



まつなが わき
松永 和紀

科学ジャーナリスト。京都大学大学院農学研究科修士課程修了。新聞記者として10年間勤めたのち独立。食品の安全性や環境影響等を主な専門領域として、執筆や講演活動を続けている。『メディア・バイアス あやしい健康情報とニセ科学』(光文社新書)で科学ジャーナリスト賞受賞。新刊は『効かない健康食品 危ない自然・天然』(同)。