

衛研だよい

Vol.
59

目次

○ヒスタミン食中毒を知っていますか？ P1
○感染症発生動向調査について P4

○ヘルパンギーナとは？ P3

写真：オオルリの若鳥（大仙公園）

ヒスタミン食中毒を知っていますか？

ヒスタミン食中毒とは？

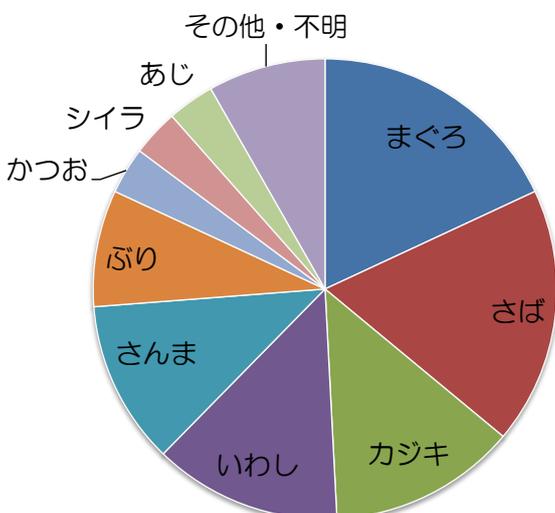
ヒスタミンとは、アレルギーの症状を引き起こす物質の一つです。ヒスタミンが多く蓄積した食品を食べた際に起こる、アレルギー様の食中毒のことを、ヒスタミン食中毒といいます。ヒスタミン食中毒は、食物アレルギーとは異なり、体質に関係なく **誰でも発症します。**

多くの場合、**食べた直後から1時間以内**に、顔面、特に口の周りや耳たぶが赤くなったり、じんましん、頭痛、おう吐、下痢などの症状が出ます。重症となる場合はまれですが、ヒスタミンに対して感受性の高い人では、特に注意が必要です。

ヒスタミン食中毒と食物アレルギーの違い

	原因物質	特徴
ヒスタミン食中毒	食品中に多量に含まれるヒスタミン	体質に関係なく誰でも発症する
食物アレルギー	アレルゲンとなるたんぱく質	アレルギーを持つ人だけが発症する

どんな食品が原因なの？



ヒスタミン食中毒の原因魚種別の発生割合
(全国 2009～2015年)



食べた直後から症状が出始めます。

原因となる食品は、ヒスチジンというアミノ酸が多く含まれる赤身魚とその加工品がほとんどです。グラフは、2009年から2015年までに全国で起こったヒスタミン食中毒の原因食品を表しています。まぐろ、さばが最も多く、続いて、カツキ、いわしとなっています。まれに白身魚での発生も見られます。

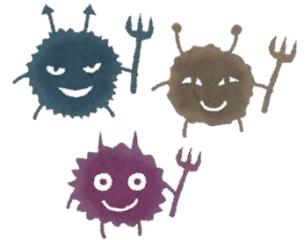


微生物がヒスタミンをつくる

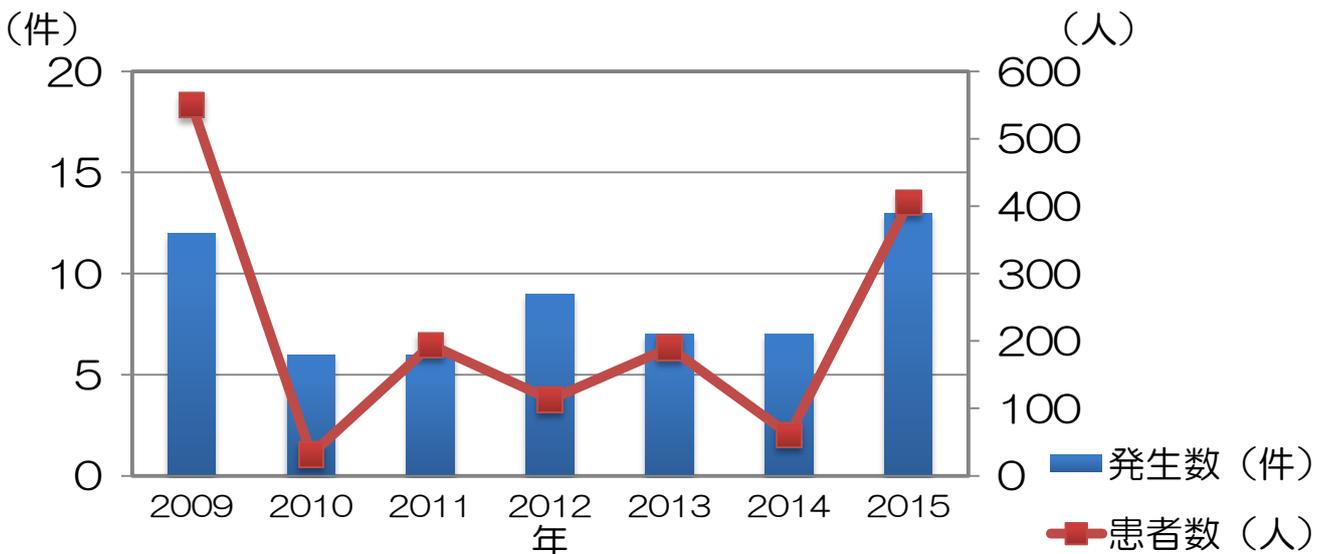
原因となる食品に、最初からヒスタミンが含まれているわけではありません。

赤身魚にヒスタミンを作り出す微生物が付着し、反応を起こすことで、ヒスチジンがヒスタミンに変えられます。微生物により多量にヒスタミンが作り出され、食品中に蓄積します。その食品を食べることで、食中毒が引き起こされます。

ヒスタミンを作り出す微生物には、海にいるものや、人や動物の腸管内にいるものなどたくさんの種類があり、水揚げ時に汚染されている場合もあれば、魚の加工中に汚染される場合もあります。ヒスタミンを作り出す微生物は、低温でも増殖するため、注意が必要です。



全国での発生状況



ヒスタミン食中毒の発生数と患者数の推移
(全国 2009～2015年)

グラフは、2009年から2015年までに、全国で起こったヒスタミン食中毒の発生数とその患者数を表しています。ヒスタミン食中毒の発生数は、年間6～13件の範囲で推移しています。また、一年を通して季節に関係なく発生しています。

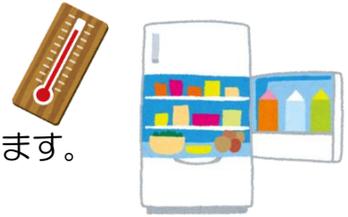
生の食品、加熱した食品のどちらでも発生が見られます。



季節に関係なく発生が見られます。

食中毒を防ぐポイント

- ❗ 赤身魚はできるだけ早く食べるようにしましょう。
冷蔵保存でも長期の保存により、ヒスタミンが増える場合があります。
- ❗ 冷凍した赤身魚の凍結と解凍の繰り返しは避けましょう。
解凍する時は、冷蔵庫で解凍するなど、可能な限り低温で短時間のうちに解凍してください。
- ❗ 「ピリピリ」と舌や唇に刺すような感覚があったら、食べるのをやめましょう。
香辛料によるものでなければ、ヒスタミン食中毒の可能性もあります。



一度できてしまったヒスタミンは、加熱しても分解されません。
ヒスタミンを増やさないことが、食中毒予防につながります。

参考：厚生労働省ホームページ 食中毒統計資料
(食品検査担当 山本)



ヘルパンギーナとは？

「ヘルパンギーナ？」聞きなれない方が多いかもしれません。乳幼児を中心に夏に流行するウイルス感染症で、いわゆる夏風邪の代表的なものです。

どんな病気？

- 突然の発熱（38～40℃）、ノドの奥に1～2 mm程度の小さい水疱^{すいほう}ができ、それがつぶれて潰瘍^{かいよう}となり、強い痛みを伴います。
- 高熱による熱性けいれんを伴うことや、まれに無菌性髄膜炎や心筋炎を引き起こしますが、多くの場合2～4日間で解熱し、後遺症もなく回復します。
- 例年6月頃から患者数の増加がみられ、8月にかけて発生のピークがみられます。1歳児が最も多く、90%以上が5歳以下ですが、成人での報告もあります。
- 原因ウイルスは、感染者の唾液やふん便に含まれており、くしゃみや咳による感染や、ふん便に汚染されたものが口に入ることによる感染によりウイルスに感染します。



ヘルパンギーナ患者の口内病変
(出典：Bisno AL. N Engl J Med 2001;344:205-211)

治療法・予防法は？

ウイルスに効果的な治療法はありませんので、解熱剤を使用する等の対症療法になります。また、ワクチン等の予防法もありませんので、うがいや手洗いをよく行うことが大切です。症状が消えてから2～4週間は、感染者のふん便にウイルスが含まれることがあります。オムツ替え等の排泄物の取り扱いには注意が必要です。

参考：国立感染症研究所ホームページ ヘルパンギーナとは

(ウイルス検査担当 三好)

感染症発生動向調査について

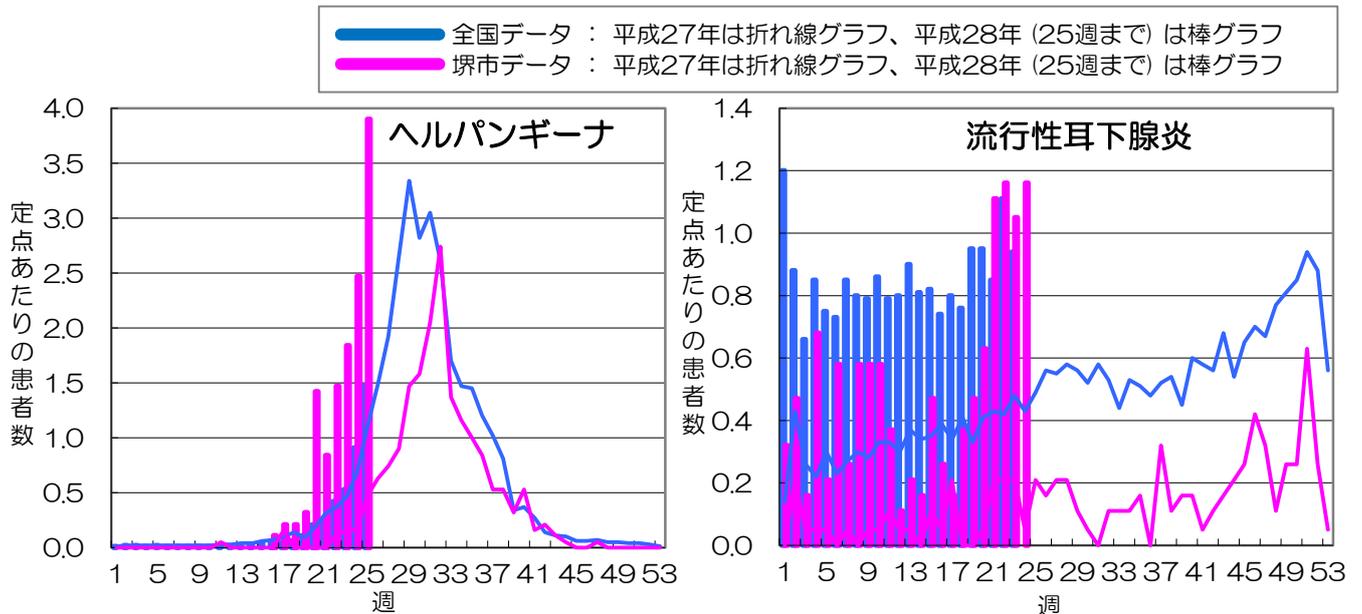
最近、発生動向が増加しているヘルパンギーナと流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）について取り上げます。

ヘルパンギーナ（警報レベル 開始基準値：6）は、2016年第25週（6月20日～26日）現在、小児科定点あたり患者報告数は3.89であり、前年同時期の0.47を大きく上回っています。ヘルパンギーナについては、3ページの「ヘルパンギーナとは？」をお読みください。

流行性耳下腺炎（警報レベル 開始基準値：6、注意報レベル 基準値：3）は、昨年の秋以降、小児科定点あたり患者報告数が高い傾向が続いています。2016年第25週の患者報告数は1.05であり、2010年（1.37）以来の流行となっています。原因ウイルスは、ムンプスウイルスです。患者の唾液や気道分泌物の飛沫を吸い込んだり、汚染物との接触で感染します。症状は、唾液腺のはれ・痛み、発熱などです。治療は、発熱や痛みに対する解熱鎮痛薬の投与など対症療法です。通常、1～2週間で軽快しますが、髄膜炎、睾丸炎、卵巣炎や膵炎などを合併することがあります。効果的な予防は、ワクチン接種です。 （企画調整担当 沼田）

ヘルパンギーナおよび流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）の概要

疾 患	原因ウイルス	主な症状	治 療	予 防
ヘルパンギーナ	腸管ウイルス （ふん口・接触・ 飛沫感染）	口腔粘膜の水疱、 発熱	対症療法 （解熱鎮痛薬など）	接触の回避 うがい 手指の消毒
流行性耳下腺炎 （おたふくかぜ）	ムンプスウイルス （飛沫・接触感染）	唾液腺のはれ・痛 み、発熱	対症療法 （解熱鎮痛薬など）	ワクチン接種



発行者 堺市衛生研究所長 小林 和夫
編集委員長 企画調整担当 林 直樹

〒590-0953 大阪府堺市堺区甲斐町東3-2-8
TEL 072(238)1848 FAX 072(227)9991
E-mail eiken@city.sakai.lg.jp

「衛研だより」では、みなさまのご意見、ご感想をお待ちしております。

堺市行政資料番号 1-H2-16-0153