

# ヒスタミンによる食中毒について

＜特徴＞ヒスタミンによる食中毒は、ヒスチジン(アミノ酸の一種)を多く含む魚を常温に放置した結果、ヒスタミン生成原因菌の酵素(ヒスチジン脱炭酸酵素)によりヒスチジンからヒスタミンが生成され、そのような魚やその加工品を食べることにより発症するアレルギー様の食中毒である。

なお、ヒスタミンは、人の体内へ侵入してきた病原体などを排除するために免疫系から放出される物質として、また、毛細血管を拡張する作用をもつ物質などとしても知られ、人の体内にも存在している。

＜ヒスタミン生成原因菌＞原因菌としては、*Morganella morganii*などの腸内細菌科の細菌や*Photobacterium damsela*などの海洋や魚の腸管、体表などにいる細菌が知られている。

＜症状＞特に口のまわりや耳たぶの紅潮、頭痛、じんま疹、発熱等のアレルギー様の症状。食後数分～60分程で発症することが多く、たいてい6時間～10時間で回復する。抗ヒスタミン剤の投与により症状は緩和される。

＜過去の原因食品＞わが国では、マグロ、カジキ、ブリ、サバ、イワシなどヒスタジンを豊富に含む赤身魚による場合が多い。

＜対策＞魚を保存する場合は、速やかに冷蔵・冷凍し、常温での放置時間を最小限とする衛生管理を徹底する。ひとたび蓄積されたヒスタミンは加熱をしても分解しないため、鮮度が低下した恐れのある魚は食べないこと。また、ヒスタミンが高濃度に蓄積されている食品を口に入れたときに唇や舌先に通常と異なる刺激を感じる場合があり、その場合は食べずに処分すること。

### ＜ヒスタミンによる食中毒の発生状況＞

	12年	13年	14年	15年	16年	17年	18年	19年	20年
発生件数	4	4	6	8	8	10	14	7	22
患者数 (死亡なし)	154	85	75	218	162	111	165	73	462

注：ヒスタミンによる食中毒は原因物質が化学物質であるため食中毒統計では化学性食中毒に分類されている。

資料：国立医薬品食品衛生研究所報告第127号31-38 (2009) 及び食中毒統計資料より作成。