

貝毒による食中毒に注意！

主に二枚貝（ホタテ、アサリ、カキなど）が、毒を持った植物プランクトンを餌として食べることにより体の中に毒を蓄積させることで、その貝を食べた人に食中毒の症状を引き起こすことがあります。貝毒に関する正しい知識を知って、食中毒を防ぎましょう！

貝毒ってなに？

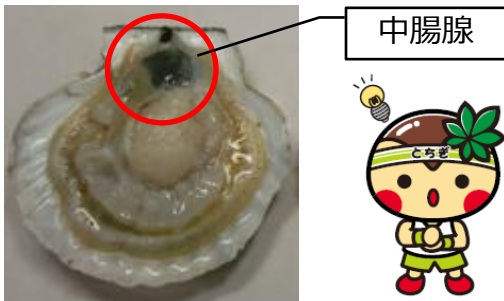
- 主にホタテやカキなどの二枚貝が、毒を持ったプランクトンを食べることで毒化する現象のことをいいます。
- また、貝に蓄積される毒そのもののことをいいます。
- 貝毒にはいくつかの種類があり、摂取した際の症状などが異なります。
- 日本では、特に麻痺性貝毒と下痢性貝毒が食中毒の原因となっています。（詳しくは下表を参考にしてください）

貝毒はどんな毒？

- 貝毒は熱に強く、一般的な加熱調理では毒が分解されないため毒性は弱くなりません。
- 麻痺性貝毒には、フグ毒に匹敵する毒力があります。
- 麻痺性貝毒の致死量は、体重60kgの人で約5,000～10,000MUといわれています。
- 有毒プランクトンを食べることによって毒化するので、貝毒プランクトンが存在しないときには、貝毒は発生しません。

貝のどの部分に蓄積するの？

- 貝毒は、おもに中腸腺という部分に蓄積されます。



ホタテガイ(出典：厚生労働省ホームページ)

どんな対策をしているの？

- 生産地で、定期的に貝毒の検査を行っています。
- 検査は、海域ごとに実施し、規制値を超過する毒量が検出された場合は、出荷を規制しています。
- 出荷が規制された貝は、3回連続して規制値を下回らなければ出荷できません。

種類	有毒種	有毒部位	症状	規制値
麻痺性貝毒	アサリ、カキ、ホタテガイ、ムラサキイガイ等の二枚貝	中腸腺	<ul style="list-style-type: none">● 食後30分程度から発症。● 全身性の麻痺。● 重症の場合、呼吸麻痺により死亡することもある。	4MU*1/g
下痢性貝毒 (オカダ酸群)	アサリ、ホタテガイ、マガキ、ムラサキイガイ等の二枚貝	中腸腺	<ul style="list-style-type: none">● 食後30分～4時間以内に発症。● 下痢、嘔吐、腹痛を呈す。● 回復は早く、死亡例もない。	0.16mg/kg (オカダ酸当量*2)

*1 MU：マウスユニット。麻痺性貝毒の場合、体重約20gのマウスを15分以内に死亡させる毒量が1MU。

*2 オカダ酸当量：オカダ酸群のうち、オカダ酸以外の貝毒について、オカダ酸に換算した毒量。

貝毒による食中毒予防のポイント

貝毒による食中毒を防ぐために、次のポイントに気をつけましょう！

- 貝毒は、多くの場合、中腸腺に高濃度に蓄積しています。喫食の際には、中腸腺を除去するなどの対策をしましょう！
- 潮干狩りなど、自分で貝を採取する際には、海域に注意しましょう！貝毒により出荷が規制されている海域は、各自治体のホームページなどで公表されています。