

アレルギー様食中毒

アレルギー様食中毒は、ヒスタミン食中毒とも呼ばれ、ヒスタミンという化学物質が高濃度で蓄積された食品を摂取することで発症する食中毒のことである。アレルギーと同じような症状を呈するため、食品に対するアレルギーと混同されるが、免疫応答を介さない化学的な反応であることから、食中毒に分類される。症状は重症化することが少なく、これまでに死亡例は報告されていない。ヒスタミンの感受性には個人差があり、体調や生活習慣等の影響も受けやすい。国内では、年間数十から数百名の被害例が報告されおり、保育園や学校等での幼児や小児の集団食中毒も起こっている。現在、我が国では、食品中のヒスタミン濃度の規格基準を定めることが困難であるとして基準値を定めていないが、食中毒が発生した場合は食品衛生法による処分の対象となる。一方、国外では、WHO/FAO 合同専門家会議は、無毒性用量（NOAEL）として欧州食品安全機関（EFSA）と同じ 50 mg を採用し、魚類の最大摂取量が 250 g である事に基づきヒスタミンの最大許容濃度を 200 mg/kg と算出している。

アレルギー様食中毒の原因となるヒスタミンは、国内では腸内細菌科のモルガネラ属細菌属やクレブシエラ属細菌、そしてビブリオ科のフォトバクテリウム属細菌などを含む多岐にわたる細菌がもつ脱炭酸酵素によって食品中のヒスチジンから変換される。ヒスチジンは、白身の魚に比べてサバ、マグロ、イワシ等の赤身の魚に多く含まれており、これらの魚を不適切に扱うことで細菌が増殖し、ヒスタミンが生成される。まれに、チーズなど魚以外の食品が原因で、アレルギー様食中毒を引き起こすことが報告されている。なお、適切に管理された魚のヒスタミンは通常 100 g あたり 0.1 mg 以下であるが、食中毒の原因となる魚のヒスタミン濃度は少なくとも 100 g あたり 20～50 mg とされる。ヒスタミンは熱に安定であり、また、生成されたヒスタミンは食品から除去することが困難である。加えて、ヒスタミン脱炭酸酵素の活性は 4℃でも認められることから、アレルギー様食中毒の原因となる可能性の高い食品については、適切な衛生管理と温度管理が重要となる。このため、アメリカ食品医薬局（FDA）は陸揚げ後の魚の温度管理（4.4℃以上での積算時間）について推奨基準を定めている。家庭においても、魚類等を取り扱う際に、①常温で放置せず冷蔵で保存し、冷蔵での長期保存も避ける。②原因菌の多い部分（魚のえらや内臓）は早めに取り除く。③口に入れたときに違和感を覚えた際には廃棄する。などの対策を講じることで、アレルギー様食中毒のリスクを軽減することが可能である。

（爲廣紀正）