

食べもの文化 2013年7月号 調理室の衛生管理 豚レバーの生食は危険です

1 牛レバーの禁止で0157の患者減少

2012年7月から、食品衛生法に基づいて、牛のレバーを生食用として販売・提供することが禁止されました。これは、牛のレバーを安全に生で食べるための方法がないため、もし生で食べると、腸管出血性大腸菌による重い食中毒の発生が避けられないからです。

実際に、国立感染症研究所の調査によると、規制の前後では、牛の生肉や生レバーを原因とする腸管出血性大腸菌O157に感染した患者が4分の1に減っていたことが判明しました。特に、発症が多かった子どもや若者で大幅に減っており、規制の効果の表れと見られています。

2 豚肉・豚レバーの生食は安全か

牛レバーの生食が禁止になったため、豚の生肉や生レバーを扱う店が登場しています。従来から豚肉や豚レバーを生で食べることにより旋毛虫感染症(トリヒナ症)を発症する危険性があるので、生食は避けられていました。そのため、生食での取り扱い基準や、規制する法律は作られていません。

豚レバーをはじめとする豚、イノシシ、鹿の肉を生で食べると、E型肝炎ウイルスに感染するリスクがあります。

厚生労働省は、昨年の年末一斉取り締まりで、全国の保健所を動員し、豚レバー取扱店や生食で提供している店に対して、生食の危険性の周知と必要な加熱をするよう指導しました。また、消費者に対しては「注意！ 危ないのは牛の生レバーだけではありません！ 豚の生レバーには、E型肝炎や様々な食中毒のリスクがあります。豚レバーの生食は、やめましょう」と十分加熱して食べるよう引き続き注意を喚起しています。

E型肝炎は、若年者是不顕性感染で終わることが多いとされています。症状は、平均6週間の潜伏期の後に、発熱、悪心・腹痛等の消化器症状、肝腫大、肝機能の悪化し黄疸等が現れ、大半はベッドの上で動かずに安静を保つことにより治癒しますが、まれに劇症化するケースもあります。E型肝炎の特徴として、妊婦が妊娠晩期に感染すると劇症化しやすいという報告があります。

3 豚レバーによる食中毒

また、豚レバーを生で食べると、サルモネラ菌やカンピロバクター等の食中毒を起こすリスクがあります。表は過去10年間に豚レバーの生食による食中毒事例の一覧です。また、現在でも、世界各地で、豚からの有鉤条虫、旋毛虫(トリヒナ)等の寄生虫への感染が報告されています。

4 豚肉・豚レバーを安心して食べるには

豚レバーには、鉄分やビタミンB、ビタミンB2が豊富に含まれており、豚肉や豚レバーは、給食等の食事には欠かせない食材です。次の注意点を守って取り扱ってください。

- 鮮度がよくても肉類の生食は避ける。(特に若年齢層や高齢者には食べさせないようにする)
- 焼肉やバーベキューでは生焼けを食べないようにする。
- 焼肉する場合は、生を扱う箸と焼きあがったものを食べる箸を代える。生肉用の菜ばし等を用意すること。
- 調理場では、生肉の汚染を生野菜や他の加工済み食品に拡げないこと。
- ①冷蔵庫内では生肉類は下部に保管し、他の食品に肉類の汚染を拡げないこと。

②生肉処理用のまな板や包丁を用意すること。できればバットやボウルなども生肉専用のものを用意する。

③生肉扱った器具や調理台・シンクは、洗剤でしっかり洗浄し、熱湯や殺菌剤で消毒すること。

④シンクは生肉・生魚や原材料用として、野菜用とは区分するのが望ましい。

⑤生肉を扱った後は、石けんで手を洗うこと。手を汚さないように、生肉の処理には衛生手袋を活用することも有効です。

表：豚の生食が原因とされた食中毒事例（過去10年）

発生年月	発生場所	原因食品	原因物質	原因施設	喫食者数	患者数
2003年10月	宮城県	豚レバ刺し	サルモネラ	飲食店	3	1
2005年4月	愛知県	豚レバ刺し	サルモネラ	飲食店	13	9
2007年9月	群馬県	豚レバ刺し	カンピロバクター	飲食店	6	5
2009年5月	神奈川県	豚レバ刺し	その他	飲食店	30	15
2010年2月	岐阜県	豚生レバー	カンピロバクター	飲食店	2	2

資料：厚生労働省食中毒統計より