



E型肝炎を知っていますか？

2015.1.5

◆ 生食の危険性

最近では『ジビエ』と呼ばれる野生動物などを、生で食べる人が増えてきましたが、2008年には、兵庫県で野生動物の生食が原因のE型肝炎ウイルスによる食中毒が発生しました。2003年には、北海道で市販された豚の生レバーからE型肝炎ウイルスの遺伝子が検出され、加熱不十分な豚レバーからヒトへの感染の可能性が指摘されました。

厚生労働省は豚レバーを含む豚肉や、シカ、イノシシなどの野生動物の肉を安全に食べるための注意点を

- (1) 野生動物の肉や内臓は生で食べない。
- (2) 野生動物の肉は中心部位まで火が通るように十分に加熱して食べる。
- (3) 生肉と加熱肉類は箸や皿を区別する。

として、子供や高齢者など抵抗力の弱い人は生肉の摂取を控えるように忠告しています。

◆ E型肝炎とは

E型肝炎とはE型肝炎ウイルスの感染によって引き起こされる急性肝炎で、稀に劇症肝炎となり死に至ることもあります。慢性化することはありません。感染経路は主に経口感染ですが、感染初期にウイルス血症を起し、血液を介して感染が拡大することがあります。

E型肝炎ウイルスは発展途上国に常在し、感染している飲料水などを介して大規模な流行を引き起こすことがあります。また旅行者から感染が起こることもあり、先進国では輸入感染症と呼ぶことがあります。自然界における感染のサイクルは不明ですが、豚・シカ・イノシシなどからヒトへの感染例があり、人獣共通感染症とも呼ばれます。潜伏期間は2～9週間の一過性の感染で、獲得免疫が成立するか否かは不明です。妊婦が感染すると劇症化する確率が高いので注意が必要です。感染後は、発熱・悪寒・腹痛・倦怠感・食欲不振などの消化器症状・肝腫大・肝機能の低下・黄疸を示し、高齢者ほど重症化しやすくなります。

2011年、腸管出血性大腸菌O-111に汚染されていたユッケを提供した焼肉チェーン店で起きた集団食中毒で幼児を含む5人が死亡した事件をきっかけに、厚生労働省はユッケについて、表面を加熱するなどの規格基準を設定しましたが、生レバーは加熱以外に内部の殺菌が不可能なため、生で安全に食べる方法がないとして2012年7月に提供を禁止しました。以前は生食に対する法規制がなかったため、生肉を提供する飲食店が増加しましたが、豚の生肉はE型肝炎・サルモネラ菌・寄生虫などの食中毒を引き起こす可能性が高く、特にE型肝炎は、急性で腎不全や死に至る危険性があるため、2014年6月には豚肉やレバーの生食の提供は禁止され、加熱食品については63℃以上で30分以上と定められていましたが、75℃以上で1分以上加熱するように条件が引き上げられました。

◆ 予防するには

野生動物ジビエの生食が新たなグルメとして注目され、人気も上がっていますが、生で食べることによるE型肝炎やサルモネラ菌・カンピロバクター菌などの汚染のリスクには十分な注意が必要です。

子供や高齢者の場合、糖尿病や腎機能障害などの基礎疾患があると重症化する可能性が高いので注意しましょう。

野生動物に限らず、魚類や貝類なども生で食べるのはなるべく避けて、加熱調理するようにしましょう。そうすることで病原体による感染症はかなり防ぐことができますでしょう。

