

2014年
秋号

～ 加戸病院通信 第52号 ～



ハンド イン ハンド hand in hand



医療法人弘友会
加戸病院

〒791-3301 愛媛県喜多郡内子町内子 771 番地 TEL : 0893-44-5500 FAX : 0893-44-3300
E-mail : koyukai@kato-hp.jp URL : http://kato-hp.jp/

ドクターシリーズ

『アニサキスによる食中毒』
(胃アニサキス症について)



副院長
外科・消化器外科医長
しもだ なおし
下田 直史

胃アニサキス症とはどんな病気？

アニサキスは回虫の仲間、成虫はクジラやイルカの胃に寄生しています。胃アニサキス症とはアニサキスの幼虫が寄生した魚類（サバ、アジ、イカ、イワシ、サンマなど）を食べることによって発症する病気です。長さ2～3センチの幼虫が、ヒトの胃壁にもぐり込んで症状を引き起こします。腸壁にもぐり込んだ場合は腸アニサキス症を起こします。アニサキス症は比較的寒い時期に多いと言われています。

症状の表れ方

食後数時間以内に、急激な上腹部痛や嘔吐などの症状で発症します。腹痛は胃粘膜への刺入による機械的刺激よりも、むしろアレルギー症状によると考えられています。まれにアナフィラキシー症状（急激な呼吸困難や血圧低下など全身的な症状）に陥ることもあります。

検査と診断

症状の起こる数日以内に新鮮な魚類を食べたか、具体的には胃内視鏡検査で虫体を確

認することで容易に診断できます。多くの場合、虫体が胃粘膜に刺入した盛り上がりを確認できます。

治療の方法

胃内視鏡で虫体を確認できれば、その場で摘出します。もし確認できなくても新鮮なイカなどを食べていて、この病気が強く疑われる場合は、抗コリン薬、抗ヒスタミン薬、ステロイド薬の投与によって症状は軽快し、予後は良好です。

胃アニサキス症に気がいたら

新鮮な海鮮魚類を食べて3～4時間後に急におなかが痛くなったら、あわてずに内視鏡検査の可能な医療施設を受診してください。しかし胃アニサキス症の発症は、たいてい夜中のことが多く、もし夜間などで、すぐに受診できない場合は、症状の程度にもよりますが、翌日に受診してもよいでしょう。

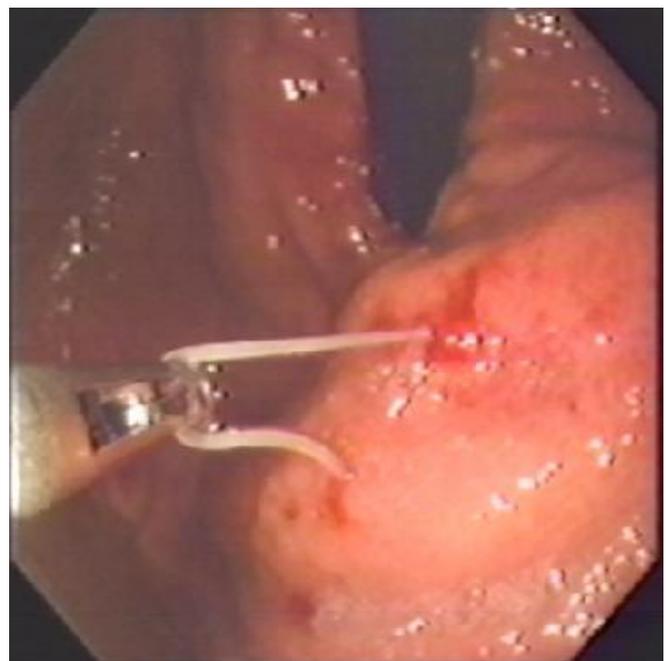
アニサキスによる食中毒を予防するには

一般にアニサキスは魚介類の筋肉よりも内臓に多く寄生しています。また常温で魚介類を放置すると、アニサキスが筋肉部へ移行しやすくなることが分かっています。アニサキスは加熱または冷凍により死滅するので、

中心部まで加熱するか、 -20°C で48時間以上冷凍しましょう。また内臓の生食はせず、魚介類の生食する際には、より新鮮なものを選び、早期に内臓を除去し低温（ 4°C 以下）で保存しましょう。



【胃の粘膜に頭をもぐり込ませているアニサキスの幼虫】



【胃カメラの鉗子を使い、引っ張り出す】

《 栄養だより 》

フレンド 管理栄養士 小川 千明



季節のメニュー さつま芋

食欲の秋、実りの秋、一年中で一番食べ物がおいしい季節になりましたね。

そこで今回は秋の味覚、さつま芋の簡単レシピをご紹介します。

さつまいもには、ビタミンC、食物繊維が豊富に含まれ、便通を促すセルロースや便をゆるくする作用のあるヤラピンという成分が含まれていますので、便秘解消の効果が期待できます。

☆さつま芋のポタージュ・・・お芋のやさしい甘さにホットー息



| 材料（4人分） | |
|----------|-------|
| さつま芋 | 300g |
| 玉ねぎ | 1/4個 |
| バター | 15g |
| 水 | 300ml |
| 牛乳 | 300ml |
| 塩 | 小さじ1弱 |
| コショウ | 少々 |
| シナモンパウダー | 少々 |

《作り方》 1人分（181kcal 食物繊維1.9g）

- ①さつま芋は皮を剥いて、いちょう切りにし水にさらします。玉ねぎは繊維に垂直に薄切りにします。
- ②鍋にバターを加えて中火で熱し、①を加えて玉ねぎが透明になるまで炒め、水、コンソメの素を加えてアクを取りながら10分程度煮込み、粗熱が取れたらミキサーで攪拌（かはん）します。
- ③再び鍋に戻し、牛乳を加えて混ぜ煮立つ直前まで温め、塩コショウで味を調えます。器に盛り、お好みでシナモンパウダーをふります。

☆さつまいもサラダ・・・お好みで粒マスタードを加えても美味しいですよ



| 材料（4人分） | |
|----------|------|
| さつま芋 | 200g |
| マヨネーズ | 大さじ2 |
| コンデンスミルク | 大さじ1 |
| 塩・コショウ | 適量 |

《作り方》 1人分（109kcal 食物繊維1.2g）

- ①さつまいもは、1センチ角に切って水にさらしてあく抜きをします。
- ②さつまいもの水を切って、煮崩れしないようにゆでます。
- ③マヨネーズとコンデンスミルクを混ぜ合わせ、調味料を合わせておきます。
- ④さつまいもの粗熱が取れたら、調味料と和えて出来上がりです。

☆さつまいもクッキー・・・砂糖を控えめにして素朴なお芋の甘さを楽しみましょう



材料≪35枚分≫

| | |
|-----------|--------|
| 薄力粉 | 100g |
| バター | 50g |
| 砂糖 | 30g |
| ベーキングパウダー | 小さじ1/2 |
| さつまい芋 | 200g |
| 黒ごま | 大さじ1 |

≪作り方≫ 1枚 (33 kcal 食物繊維 0.5g)

- ①さつまいもは、1センチ角に切って水にさらしてあく抜きをします。
- ②さつまいもの水を切って、煮崩れないようにゆでます。
- ③ボウルに薄力粉とベーキングパウダーを入れ、ふるいにかけて。
- ④③にバターと砂糖、②を加え、混ぜ合わせます。
- ⑤生地をひとかたまりにまとめ、ラップをして冷蔵庫で寝かせます。
- ⑥生地を厚さ5mmに伸ばし、型抜きをします。
- ⑦黒ゴマをトッピングし、180度のオーブンで15分焼きます。



外来担当医

(平成26年10月1日現在)

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|----|-------------------------------|------------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------------|
| 内科 | 午前 | 平澤 | | 平澤 | 平澤 | 平澤 | 平澤/入田 淡野 (2回/月) |
| | 午後 | 平澤 (予約のみ) | | 平澤 (予約のみ) | 平澤 (予約のみ) | 小泉 平澤 (予約のみ) | |
| 外科 | 午前 | 下田 | 下田 | 下田 | 加戸 | 影山 加戸 (予約のみ) | 加戸または下田 (隔週) |
| | 午後 | 下田 16:30~17:00 | 加戸 (手術の時は変更) 16:00~ | 加戸 | 下田 | 影山 | |
| 整形外科 | 午前 | 城戸 鴨川 (第1月曜) 完全予約制 (鴨川) | 柴田 | 城戸 | 城戸 | 城戸 | 柴田 |
| | 午後 | 城戸 16:00~ | 柴田 (予約のみ) | | | | |
| 脳神経外科 | 午前 | | 穴戸 | | | 穴戸 | |

※ 手術などのため、変更になる場合があります。