

テトラミン食中毒

ツブ貝による食中毒に注意しよう！

ツブ貝を食べて頭痛やふらつき等、お酒に酔ったような症状が現れたという話を聞いたことがありますか？

これはツブ貝の唾液腺（俗称：アブラ）に含まれるテトラミンという物質により引き起こされた食中毒です。



○テトラミン食中毒の症状

主な症状

頭痛、めまい
視覚異常、船酔い感

潜伏期間

約30～60分



テトラミン食中毒は、食べてから30分ほどで頭痛やめまい、ふらつき、物が二重に見えるなどの視覚異常を引き起こすことが知られており、通常数時間で回復します。過去に死亡例はありませんが、人によっては重症化することもあるので注意が必要です。

このテトラミン食中毒は適切な処置さえ行えば、未然に防ぐことができます。テトラミン食中毒について正しく知り、健康被害を未然に防ぐよう心がけましょう。

○ツブの種類による違い

唾液腺に含まれるテトラミンの量はツブの種類によって異なります。中でも青ツブ（ヒメエゾボラ）と真ツブ（エゾボラ等）は高濃度のテトラミンを含んでいるので唾液腺を取り除く必要があります。灯台ツブ、磯ツブなどはテトラミン含有量が少なく、唾液腺ごと食べても問題ないと言われていますが食べすぎないようにしてください。



○テトラミンの特徴

テトラミンは熱に強いため、火を通してても無毒化することができません。実際に焼貝や煮物で食中毒となった例もあります。そのためツブ貝による食中毒を予防するためには、生食用・加熱済みに関係なく、唾液腺の除去を行う必要があります。

それでは、ツブ貝から唾液腺を取り除く方法を次のページで見てください

唾液腺を取り除くには

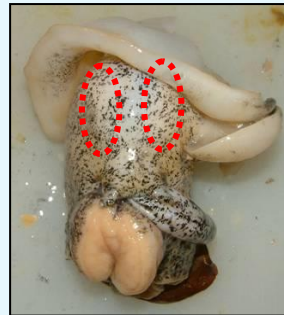
まずは貝から中身を取り出し、次に内臓と肉を切断します。



この点線で囲まれた部分がテトラミンを含んでいる唾液腺です。

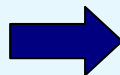


青ツブ



真ツブ

縦に切り口を入れ、左右に1対ある唾液腺をとり出します。
最後に肉に唾液腺が残っていないことを確認すれば完了です。



札幌市東区保健福祉部健康・子ども課生活衛生係
札幌市東区北10条東7丁目 TEL711-3213
<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>