

美味しい刺身の7割が肝吸虫に感染

健客网 www.jianke.com 2014-04-17

来源: 健客网社区

ダイジェスト: 各種の公式非公式調査データから、魚生をよく食べる広州老人の肝吸虫症感染率は20%に達しているが、新たにやって来た外地の人々の感染率はずっと低いようだ。国内で、肝吸虫症の多い地区は、広東省が突出している。肝吸虫の人体へのリスクは大きく、人類の命への脅威だ。

広東人は、魚生を好むが、注意が必要だ。美味しい刺身の7割が肝吸虫に感染しているのだ。

- よく魚生を食べると、**30~40%**の肝吸虫感染機会があり、日頃「浅い水」の魚生を食用するグループは、「深い水」の魚生を食べる人よりも明らかに発症率が高くなっている。(宮本注: 原文の『浅水』を「浅い水」、『深水』を「深い水」と敢えて訳出していますが、浅海と深海という意味ではないものと推量しています。どちらかという淡水魚と海水魚とすべきではないと思いつつ、敢えて上述の翻訳をつけています。一般に『深海魚』は**200m**以上の深さにいる海の魚を指します。鯉やフナなどは**200m**の深さにはいませんね。)
- 専門家は、食物は『生煮えのものは食べないこと』という: 肝吸虫症は、早期予防、早期発見、早期治療することが必要だ。

魚生は美味だが、貪り食うことは避けた方がよい! 専門家は、日頃よく魚生を食べる人々は、**30~40%**の確率で肝吸虫症に感染するが、食べない人は、基本的に感染のリスクはないといえるとしている。

『多くの方は、魚生を食べる時には、高アルコールの酒を飲めば魚体内の寄生虫を殺せると誤解しているが、アイデアはよいが、現実はそうではない。実際、寄生虫を殺すためのアルコールは大変きついものでなければならず、そもそも飲酒すること自体が肝臓を悪くしてしまう』中山大学孫逸仙記念病院肝胆外科副主任の劉建平教授は語る。

全国の人々がよく言う『空の飛行機以外、地上の車以外』何でも食べるは、美食家や大胆で好奇心の強い広東人を指すものだが、これに対して、専門家は、寄生虫病や消化器疾病、多くのがんを含め、少なからぬ疾病は皆『病は口から』であり、健康至上の原則に基づき、『食べてよいもの、食べてはいけないもの』の考え方を維持すべきだとしている。

群を抜く番禺、南沙地区の肝吸虫症患者数

劉建平医師は、肝吸虫症は生或いは加熱不十分な淡水魚や淡水エビ等、淡水の水産物を食べることによるものであり、肝吸虫に感染した幼虫が引き起こす人獣共通の寄生虫病だ。関連データによると、肝吸虫は淡水魚や淡水エビなどの背中や尾部に存在し、『魚生』は、肝吸虫が集まっている淡水魚の背肉を使うために寄生虫病のリスクが非常に高くなるのだ。

『広東人は飲食の栄養を重視し、生で食べる方が、より食物自身の栄養価を吸収できると考えており、さらに、アジに対する好みなどの要素も加わるために、魚生がテーブル上の『定番料理』となる。実際順徳などにおいては、一貫して魚生を食べる習慣があり、それゆえに肝吸虫症が広東省の一部地区で発症することが広範に及んでいるのだ』。

情報では、全省では**63**の県・市で肝吸虫症が流行しているが、現在の感染率は既に**5.36%**に達しており、推定感染者総数は**500**万人を超えている。この二年、広州市で実施した伝染病調査の結果、番禺と南沙地区での肝吸虫症感染者が最高となり、その他地区はこの**2**地区には遥かに及ばなかった。

『情報によると、魚生を常食する人達の場合**30~40%**が肝吸虫症に感染しているが、生で魚やエビを食べない場合は感染の可能性を排除してもよい』と劉建平医師は語る。

「浅い水」の魚やエビを食べると肝吸虫症発症率が上昇

長期間の調査の結果、日頃「浅い水」の魚生を食べる人々の肝吸虫症発症率が、「深い水」の魚生を食べる人達より明らかに高いことが判ったと劉建平医師は語る。

『肝吸虫症は、ソウギョやアオウオ、スズキなどの淡水魚や淡水エビなど主に「浅い水」の魚生を食用することで感染するが、鮭類のような海魚に肝吸虫が含まれている率は比較的小さい』

劉建平医師は、肝吸虫は一旦人体に入ると、肝臓内、胆管に寄生し、軽い時は症状がでないが、胆管中に

寄生する肝吸虫が増殖して増えると肝臓肥大や脱力感が現れてくるとしている。

『肝吸虫は、肝臓や胆嚢を損傷するほかにも、全身の循環器系統に多くの複雑な合併症をひきおこすことがあり、重篤化した場合には胆管炎や痰結石更には胆管がんなどを引き起こすことがある。』

子供の時期に感染した場合には発育にも影響し、小人症が現れることがある。長期にわたる反復或いは重篤な感染患者の場合には死に至ることも有るのだ』 劉建平医師は語った。

イヌやネコに生魚や生エビをやらないこと

劉建平医師は、『虫』と聞いて市民がパニックを起こす必要はない、これは予防も治療も可能だからだ』という。劉建平医師は、以下のいくつかを予防措置としてまとめている。

食物は『熱が通っていないものは食べない』こと；「深い水」や無汚染の魚やエビを選ぶこと；衛生的で世紀のレストランを選ぶこと。調査によると、小規模レストランの魚生は「浅い水」或いは「深い水」と「浅い水」の魚やエビを混在させて放置しているので、この様になってしまうことが「浅い水」の魚やエビが携帯している肝吸虫の幼虫を「深い水」の魚やエビに侵入させてしまうため、肝吸虫の発症率が相対的に上昇してしまうこと：生と加熱するものの器具は必ず分けて使い、生魚を切ったまな板や包丁類はきれいに洗わないといけないこと：生の魚やエビをイヌやネコに与えないこと：グループ予防、グループ治療、速やかな患者や病気動物の治療、感染源の制御等。

『高濃度の酒で寄生虫を殺す』は信用するな

魚生愛好者の中には、魚生を食べる時はバイチュウを飲めば美味しく殺虫してくれるという人がいる。これは事実か？

『高度の酒を飲むことは魚肉の寄生虫を殺すというこの視点はあまり信用できないものだ。』劉建平医師は言う。一方で、**70度**の酒は、**24時間**して初めて肝吸虫を殺すことができるが、通常引用する酒のアルコール度数はこの濃度には達していないものであり、更にアルコールは胃の中で食物と胃液で希釈されるため、基本的に魚肉の中の肝吸虫の幼虫を殺すには不足しているものであり、魚生の中の肝吸虫が人体の肝臓への浸蝕予防は不可能である；さらにいえば、アルコールはそれ自身が肝臓を傷めるものであり、同時に肝吸虫症の肝臓へのリスクを増加させるものであると劉建平医師は語る。

『アルコールは魚生そのものが持っている生臭さを消し、口当たりをよくするためより多く食べることになるので、私としては、高濃度の酒を魚生の殺虫方法として最良だとは思わないのだ。』また、専門家は、多くの人々は魚を調理した後十分なナイフやまな板の洗浄を行わず直接に切ったり熱を通したりしているが、生食と加熱食の箸などの区分をしていないがこのようなことが、魚肉に携帯している寄生虫のタマゴを煮炊きした料理とともに人体に侵入させ、寄生虫病に感染する機会を増やすことになるのだ。

肝吸虫症は遅れると肝硬変に発展

魚生愛好者の中には、魚生を食べる時はバイチュウを飲めば美味しく殺虫してくれるという人がいる。これは事実か？

劉建平医師は、よく魚生を食べる人は速やかに病院に行き検査をうけるべきだ、血液から肝吸虫の抗体が陽性である、超音波検査（**Bモード**）で肝内胆管の拡張が見られる、大便に反復的に肝吸虫症が見つかる等、これらは肝吸虫症を確定診断する際の『金標準』となる。『肝吸虫症の治療は大変簡単なものであり、毎日プラジカンテルを**25mg**/キログラム服用、毎日三度、通常は**1~2日**かければ**97%**の感染者は治癒できる。』

劉建平医師は、肝吸虫症は、早期予防、早期発見、早期治療がキーであり、発見が早い肝吸虫症患者は簡単な薬物治療で簡単に基本的に根治できるものだが、もし手当てが遅れれば、或いは肝硬変や胆管がんに発展した場合には、治療難度が上がってしまうと強調する。

それゆえ、日頃刺身を食べる人たちは、肝吸虫の有無に注意を払い、もし発見したら速やかに治療し、遅れを出さないことが大事だ。

Eating Delicious Sashimi will be Infected with Liver Fluke

Health and social network www.jianke.com 2014-04-17

Source: Health Network Community

Digest: Based on various official and/or unofficial data, 20% of Guangzhou old people who love Yusheng are infected with clonorchiasis, however, those who came from outer places are not infected so much. On the Clonorchiasis map, Guangdong is terrible. Liver Fluke's risks to human being is huge, it is sometime fatal.

Cantonese people like to eat Yusheng, but shall be careful; delicious yusheng will pass liver fluke infection to them.

● Those who used to eat Yusheng, will have 30% to 40% chance of being infected with the liver fluke, to eat shallow water yusheng people's getting liver flu disease incidence was significantly higher than that of those who eat deep water yusheng.

● experts advise, when food is "Not cooked well, never eat"; it is necessary to prevent early, to detect early, and to treat early for liver flu disease.

Yusheng is delicious, but do not be greedy!

Experts say, those who often eat the yusheng has 30% to 40% of the risk to be infected with liver flu disease, and those who do not eat yusheng fish and shrimp can be basically ruled out the infection possibility.

"Many people mistakenly think that when eating Yusheng, you only have to drink a strong alcohol liquor in order to kill the parasites in the fish, this idea sounds very good, but the reality is not the case. In fact, to achieve the conditions of alcohol to kill the parasite is harsher, and drinking itself will damage the liver. "Liu Jianping, deputy director of Sun Yi-xian Memorial Hospital, Hepatobiliary Surgery Professor, said.

The phrase "Except for the air crafts in the sky, except for the cars on the ground" is often used for the Guangdong people who love eating delicious foods and dare to eat boldly adventurous foods. For this, experts say: Including parasites disease(s), gastrointestinal disease(s), and even various cancers, not a few "diseases are from the mouth, so keep "to eat, not to eat" based on the principle of "Health comes first".

Infection rate of clonorchiasis especially high in Panyu, Nansha District

Liu Jianping introduced that liver flu disease is a kind of zoonotic disease caused by liver fluke larvae; taken into human's body through eating raw or undercooked freshwater fish and shrimp. According to the relevant data, liver flukes are existing at the back and tail of the freshwater fish(s) and/or shrimps, and Yusheng is taken from the back of the freshwater; this is the reason of higher risk of the parasite disease infection.

"Guangdong people pay attention to nutrition, and think that eating raw food is more nutritional and can fully absorb the nutritional value of their own food; further, being coupled with their taste preferences and other factors, Yusheng is already became "Routine menu" on the table. Actually, the Shende district and so on has always been eating Shengyu, which is the reason why the clonorchiasis is widely spreading in these Guangdong special area.

According to information, totally 63 county(s) and city(s) are infectious area of clonorchiasis, current infection rate has reached 536% and expected infection cases are to be more than 5 million.

In recent years, an epidemiological survey conducted in Guangzhou city; which showed Panyu and Nansha these two districts' infected people was the highest, while the other are is far less than these two areas.

Eating shallow fish and shrimp will make clonorchiasis incidence ratio higher

Liu Jianping found that the people who usually have had the shallow water fish easily get clonorchiasis, of which ratio is far much higher than those who usually have deep water fish in regard to its incidence ratio.

"Clonorchiasis is mainly spread by eating shallow water fishes, such as grass carp, black carp, perch and freshwater shrimp; sea fish, such as salmon, has less risk of liver fluke."

Liu Jianping introduced, liver fluke, once taken into the human body, it will be parasitic in the human liver bile duct, its symptom is not obvious when disease is mild, if the number of the liver fluke increase as the growth, in liver bile duct, the liver hypertrophy and/or fatigue will appear.

"Liver fluke, in addition to damage the liver and gallbladder, but also lead to systemic circulatory system; there are a variety of complex complications, when it becomes severe, even cause cholangitis, gallstones and cholangiocarcinoma. Infection at childhood, it will also affect the growth and development, in severe case, it will cause dwarfism, some will repeat for a long term, or if serious cases, it may lead to death." Liu Jianping said.

Do not feed cats and dogs raw fish and raw shrimp

Liu Jianping said that the people also do not have to get panic when talking about "insect". Now, this belongs to the disease which can be prevented and can be cured.

Liu Jianping summed up the following preventive measures:

"Do not eat not cooked well food "; choose to eat deep water and pollution-free fish and shrimp; try to choose healthy, regular restaurant's meal; According to the survey, the small restaurant of the fish from the shallow water or directly to the deep water and shallow water mixed with fish and shrimp, which will mix up the shallow water fish and shrimp carrying the liver fluke cysticercosis with deep-water fish and shrimp, resulting in a higher incidence of liver fluke; Equipment(s) for raw and to be cooked should be separated such as knives and cutting board, and clean them; Do not use raw fish and shrimp to feed the dog and cat; group prevention and group treatment, timely treatment of patients, sick animals, control of infection and so on.

"Drink a high-alcohol liquor will kill parasites" is not reliable

There is a saying among those who love Yusheng that drink Baijiu if you want to have Yusheng, it is delicious and insecticidal. Is it true?

"Drinking a high-alcohol liquor can kill parasite(s) in fish meat, degree of wine can kill the parasites in the fish this view is not reliable.

Liu Jianping said that 70-degree liquor must wait 24 hours to kill the liver fluke, though actual concentration of the liquors which we drink usually do not reach this level at all. Further, alcohol in human's stomach is to be weakened by food and gastric dilution to completely kill liver fluke larvae; and cannot prevent liver fluke inside of Yusheng's invasion into human liver; Further, alcohol itself will harm human liver and it will increase the risk of liver fluke's damage to the human liver.

"Alcohol can get rid of the fish smell itself, and can make it better taste, further make people eat more. Therefore, I do not agree with the idea that high-alcohol can be used for insecticide of Yusheng."

Liver flu disease if delayed develop to cirrhosis

Liu Jianping reminded, those who often eat Yusheng should immediately go to the hospital for exam. If liver fluke antibody turns out to be positive, or B-ultrasound tips intrahepatic bile duct wall thickening, or, if liver fluke eggs are found from stool repeatedly, and so on; which is the "Gold Standard" of diagnosis of clonorchiasis.

"The treatment of clonorchiasis is very simple, just daily take praziquantel 25mg/kg, three times a day, usually only a-day or two-days is required; 97% of the infected person can be cured.

Liu Jianping stressed that early prevention, early detection, early treatment is a key for liver flu disease; clonorchiasis patients can be easily cured through simple drug treatment, however, if delayed or if developed into cirrhosis, cholangiocarcinoma, treatment difficulty becomes much higher.

Therefore, people who eat raw fish sashimi should pay attention to whether the infection of liver fluke, once found, timely treat, never delay.

<https://www.jianke.com/nrgbpd/720385.html>

..... 以下是中国語原文

好吃生鱼片七成感染肝吸虫

健客网 www.jianke.com 2014-04-17

来源: 健客网社区

摘要: 据各种不同来源的官方的非官方的调查数据显示, 经常爱吃鱼生的老广州人, 肝吸虫病感染率高达20%, 而新来的外地居民, 感染比率则直线下降。肝吸虫病的全国高发区示意图上, 广东赫然在列。肝吸虫对于人体危害巨大, 甚至危及人类生命。

广东人喜欢吃鱼生, 可是, 要注意啦, 好吃生鱼片七成感染肝吸虫。

●常吃鱼生, 有30%~40%的机会感染上肝吸虫, 经常吃浅水鱼生人群的肝吸虫病发病率明显高于吃深水鱼生者

●专家提醒, 食物“不熟不吃”; 肝吸虫病贵在早预防、早发现、早治疗

鱼生虽美味, 但不要贪吃哦! 专家介绍, 经常吃鱼生的人群, 有30%~40%的机会感染上肝吸虫病, 而不吃生鱼虾者, 则可基本排除感染的可能性。

“不少人误以为吃鱼生时喝高度酒可以杀灭鱼肉里的寄生虫, 这种想法很美好, 但现实并非如此。实际上, 要达到酒精杀死寄生虫的条件是比较苛刻的, 而且喝酒本身还会损害肝脏。”中山大学孙逸仙纪念医院肝胆外科副主任刘建平教授说。

全国人民常用“天上飞的除了飞机不吃, 地上跑的除了汽车不吃”来形容爱啖美食、大胆猎奇的广东人, 对此, 专家提醒说: 包括寄生虫病、消化道疾病乃至多种肿瘤, 不少疾病都属于“病从口入”型, 美食千万种, 劝君秉着健康至上的原则, 坚持“有所吃有所不吃”。

番禺、南沙区肝吸虫病人群较多

刘建平介绍, 肝吸虫病是通过生食或吃未熟透的淡水鱼虾等淡水水产食品, 感染肝吸虫幼虫而引起的一种人兽共患性寄生虫病。相关资料显示, 肝吸虫多存在于淡水鱼虾的脊背部分和尾部, 而“鱼生”则是取淡水鱼脊背部分的肉, 此处正是肝吸虫聚集的地方, 因此感染寄生虫病的风险非常大。

“广东人注重饮食营养, 认为生食比熟食更能充分吸收食物自身营养价值, 再加上口味偏好等因素, 所以鱼生成了餐桌上的‘常客’, 尤其是顺德等地区, 一贯有吃鱼生的习俗, 因此, 肝吸虫病在广东省部分地区发病较广泛。”

据介绍, 全省共有63个县市流行肝吸虫病, 目前感染率已达5.36%, 预计感染总人数超过500万。而近年在广州进行的一次流行病学调查显示, 番禺和南沙两个区感染肝吸虫病人群比例最高, 而其他的区则远不及这两个区域。

“据了解，经常吃鱼生的人有 30%~40%的机会感染上肝吸虫病，而不吃生鱼虾可基本排除感染的可能。”刘建平说。

吃浅水鱼虾肝吸虫病发病率较高

刘建平表示，长时间观察发现，经常吃浅水鱼生人群的肝吸虫病发病率明显高于吃深水鱼生者。“肝吸虫病主要通过食用浅水鱼生进行传播，如鲩鱼、草鱼、青鱼、鲈鱼及淡水虾等，像三文鱼这类海鱼含有肝吸虫的几率则比较小。”刘建平介绍，肝吸虫一旦进入人体，便会寄生于人体肝内胆管，轻者暂时无症状，随着寄生在胆管中的肝吸虫繁殖增多，病人会表现为肝大、乏力。

“肝吸虫除了损害肝脏和胆囊外，还会导致全身循环系统出现多种复杂的并发症，严重的甚至会引起胆管炎、胆结石以及胆管癌等。儿童时期感染了还会影响生长发育，严重者出现侏儒症，某些长期反复或严重感染病例可能导致死亡。”刘建平说。

生鱼生虾也不要喂猫狗

刘建平表示，市民也大可不必谈“虫”色变，目前该病属于可防可治型。刘建平归纳了以下几条预防措施：

食物“不熟不吃”；选择食用深水、无污染的鱼虾；尽量挑比较卫生、正规的餐馆进餐。据调查，小餐馆的鱼生多来自浅水或直接将深水和浅水鱼虾混杂放置，这样就会使浅水鱼虾携带的肝吸虫囊蚴进入深水鱼虾，导致肝吸虫病发病率相对更高；生食和熟食盛装器具一定要分开，切了生鱼后砧板、刀具要清洗干净；不要用生的鱼虾喂狗、猫；群防群治，及时查治病人、病畜，控制传染源等。

“喝高度酒杀寄生虫”不靠谱

有种说法一直在鱼生爱好者中流传，就是吃鱼生配白酒，既美味又杀虫。是否真的如此？

“喝高度酒可以杀灭鱼肉里的寄生虫这个观点是不太靠谱的。”刘建平表示，一方面，70度的酒必须经过24小时才能杀死肝吸虫，而平时饮用酒的度数远低于这个浓度，而且酒精在胃中被食物与胃液稀释，根本不足以杀死藏在鱼肉里的肝吸虫囊蚴，更不能预防鱼生里的肝吸虫对人体肝脏的侵蚀；另一方面，酒精本身伤肝，同时也增加了肝吸虫病对肝脏的危害。

“酒精能祛除鱼生本身所携带的腥味，使其口感更佳，只会让人吃得更多。因此，我不认同高度酒配鱼生的杀虫办法。”另外，专家指出，不少市民在家切鱼肉后没有充分把刀和砧板洗干净就直接切熟食，也没有分生食、熟食筷子，这样可能导致鱼肉所携带的寄生虫卵随着熟食进入人体，增加感染寄生虫病的几率。

肝吸虫病如拖延或发展为肝硬化

刘建平提醒，经常吃鱼生的人群应及时到医院检查，如抽血查到肝吸虫抗体阳性，B超提示肝内胆管壁回声增粗等，则应留大便反复寻找肝吸虫卵，这是确诊肝吸虫病的“金标准”。“肝吸虫病的治疗很简单，只要每天服用吡喹酮25mg/公斤，一天三次，通常只需1~2天的时间，97%的感染者可痊愈。”

刘建平强调，肝吸虫病贵在早预防、早发现、早治疗，发现得早的肝吸虫病患者通过简单的药物治疗基本能根治，但如果病情拖延，或发展成肝硬化、胆管癌，治疗起来难度要大很多。

所以，常吃生鱼片的人群要注意有无感染肝吸虫，一旦发现就及时治疗，切勿拖延。