



## 肝吸虫症 患者1千万人超 淡水魚食用が主因

三九養生堂

www.39yst.com 2015-09-16

11:09

来源: 健康时报网

我が国の肝吸虫症感染者数は**1300**万名近く、数の上では全世界のワーストとなる！感染者は主に広東・広西及び東北黒竜江省と吉林省に分布！

先日、『ランセット』オンラインに、中国疾病管理センターの寄生虫予防管理所等の内外研究スタッフによる文章が、掲載された！専門家は、肝吸虫症は臨床上常見されるが、淡水魚類を食べることが最大の原因だとしている。

淡水魚などの水産物は、アオウオやレンギョ、コクレン（鱮魚）、ソウギョ（鮠魚）、ソウギョ（草魚）、コイ（鯉）などの淡水魚及びタニシ、淡水エビ等、南方内陸地区の主要な水産品となっている。このような淡水魚を食べるということは想像しにくいかもしれないが、これらの二つの地域では、地元の名産品となっているのだ。これらの地域では、刺身にしたものを『魚生（Yusheng：ユーシェン）』と呼んで生のまま食べるが、日本でいう『刺身』に類似したものだ。

専門家は、魚生を食べるとするのは嶺南（広東・広西一帯）地区の食文化の最も重要なもので、『順徳魚生』はとても有名だ。調理法は、我々がサーモンにするのと類似しており、新鮮な魚を洗い、骨をはずし、スライスしてから、生姜やニンニク、米酢、米酢、或いはバジルソース、ドクダミやシトロネラルなど混ぜて食べる。広西においては、魚生はとても歓迎され、広西自治区南寧市の『横県魚生』は、広西のスペシャル料理となっており、多くの地域では『魚生祭り』が挙行されており、現在、広東省、広西自治区の多くの街には、どこにも『魚生ハウス』が存在する。

とはいえ、食欲を満たした後には肝吸虫に感染することもある。卞華偉は、我々が食べる魚生は、日本で食べられている深海魚とは異なり、淡水中で育った魚類や貝類などの水産物体内には、肝吸虫（肝ジストマトモ）が存在しており、肝吸虫に感染した淡水魚を生で食べると簡単に『当選（つまり感染）』してしまう。

広西の人々もまた、魚生を食べる習慣があり、第2回全国寄生虫病調査の際に、広西人の肝吸虫症感染率が**3.71%**（流行地では**9.76%**）と群を抜き、全国首位になっていた。また、黒竜江省や吉林省などの地域においても同様に淡水魚を食べる習慣がある。黒竜江省疾病管理センター寄生虫病予防管理所の紀卓所長は、ハルピンの川沿い地区では、肝吸虫症罹患率が**30%**以上に達していたが、これもまた、現地住民が喜んで生や半生の淡水魚を食用することと密接な関連があると話す。

広東省、広西における流行県では、人々の間の感染率は**50%**を超えており、現地の成人男性ほぼ全員が感染していた。中国疾病管理センター寄生虫病予防管理所の周曉農所長は、**2009**年、**IAR**（国際がん研究機関）は肝吸虫症を胆管がんの第一類発がん物質として確定したと語る。ある研究により、肝吸虫症感染者が胆管がんを発症するリスクは感染者の**4.5**倍から**6.1**倍に上ることが判った。

軽度の肝吸虫症感染は、明確な症状がないが、ヒトの肝臓内に『定住』してしまうと絶えず増殖し、虫やそのタマゴが胆道や腸管を塞いでしまい、普通や下痢、消化不良、栄養不良、倦怠感、肝臓部のかすかな痛みなどの症状が出てくる、晩期には肝硬変になることもあるが、胆嚢炎、胆管炎、胆管閉塞などになり、悪くすると癌を引き起こすことになる。もし、肝臓病を持っている人の場合、これに感染するとほかの肝臓病の進展を加速することがある。

魚生を愛する多くの方は、魚生を食べる際に、酢やマスタードをつければ寄生虫はすぐに死ぬと考えている。これに対し、卞華偉主任は、『マスタードや酢は、単に食べ物の風味として食用するものであって、味覚上の影響はあるものの肝吸虫を殺すことはできない』と強調する。もし、肝吸虫を酒で殺すのであれば、**75**度以上のバイチュウ（通常のバイチュウは**42~54**度なので、全くダメですね）に一定時間漬け込めば効果はあるものの、単に酒を飲むだけでは肝吸虫を殺せるだけのレベルには達することはないのだ。

もし、肝吸虫から距離を置きたいのであれば、淡水製品を生で食べないことだ。淡水魚は、煮炊きしてよく火を通すことが最良の方法となる。専門家は、深海魚などの水産物を調理する際には、包丁やまな板、一人で二種類以上の水産物加工をしないことが必要だが、多くのレストランでは、深海魚と淡水水産物を同一の道具を使って調理しており、深海魚の魚生との肝吸虫症交叉感染を招くことになるため、深海魚の魚生を食べる際には、環境の悪い店には極力いかないようにすることだ。淡水の水産物について、肝吸虫に感染しない最良の方法は魚生を食べないということだ。

China has nearly 13 million clonorchiasis patients which is the world's worst! Infected cases are mainly from Guangdong, Guangxi and northeast of Heilongjiang and Jilin province.

Recently, the "Lancet" online published the articles of Chinese and foreign researchers at China CDC Parasitic Disease Prevention and Control! Experts said that liver flu disease is not uncommon in clinical, eating raw fresh water products is the biggest reason.

Freshwater products such as black carp, silver carp, big head carp, grass carp, carp, and other freshwater fish and snail, freshwater shrimp etc. are the main aquatic products in the south part of the inland area. Eating raw freshwater fish may be hard to imagine, but in these two regions, this is a characteristic dish. To eat raw freshwater fish, the local people in these two regions call it as "Yusheng" which is just like a Japanese "Sashimi"

Experts say eating "Yusheng" is the most important element of Lingnan (i.e., Guangdong, Guangxi) food culture; especially "Shunde Yusheng" is very famous. Cooking practice is similar to our technique for cooking salmon. Wash the fresh fish, remove the bones from it, cut into thin slices, and put ginger, garlic, rice vinegar, basil leaves, Houtuynia, citronella, for eating it. In Guangxi, Yusheng is so popular. Nanning city's "Hen county Yusheng" is the Special Guangxi dishes. Now in these two provinces, at any town, there is "Yusheng House".

But after enjoying the appetite, may be infected with liver fluke. Bian Huawei says that our eating fish is different from Japan to eat deep-sea fish, fresh water in the growth of fish, shellfish and other aquatic products are likely to exist in the liver fluke (also known as Clonorchis sinensis), raw and infected with the liver fluke Freshwater fish, it is easy "in the move." Experts say that the fish we eat is different from the deep-sea fish ate in Japan. Every fish and shell fish grown up in the fresh water has liver fluke inside. To eat fresh water fish which is infected with liver fluke is easily get sick.

Because the people of Guangxi have the habit of eating Shengyu, Guangxi was ranked as the worst in the country with the infection rate of 3.71% (prevailing area 9.76%) in the second China parasitic disease survey. Further, in Heilongjiang and Jilin in some areas, there is eating raw freshwater fishes. Dr. Ji Zhuo Heilongjiang provincial CDC parasitic diseases prevention and control center explained that at the river area of Harbin, the infection rate of liver fluke is more than 30%. This is related to the fact that they love to eat freshwater fishes in rare-rare or medium rare. Harbin along the river area of liver fluke rate of more than 30%, which is like local residents eat or eat fresh fish is closely related.

"In Guangdong and Guangxi, the popular area, its prevalence rate exceeded 50%, the local adult males are almost all infected". Dr. Zhou Xiaoneng, director of the Parasites Disease Control and Prevention center at the China National CDC explained International Agency for Research on Cancer (IAR) confirmed that clonorchis sinensis was classified as class A carcinogens for cholangiocarcinoma. In 2009, the International Agency for Research on Cancer confirmed that Clonorchis sinensis was a class of carcinogens for cholangiocarcinoma Studies have shown that the risk of cholangiocarcinoma infection was 4.5 to 6.1 times that of the infected person.

Liver fluke infection, in its early stage, there is no obvious symptom in some cases, but when the liver flukes in the human liver, are "settled" there, they continue propagating, imagoes and eggs will gradually block the bile duct, intestinal, there will be abdominal pain, diarrhea, indigestion, malnutrition, fatigue, liver pain and other performance; at late period, cholecystitis, cholangitis, bile duct obstruction will be found, and even can cause cancer of liver. If they have liver disease, infected with Clonorchis sinensis, it will accelerate the development of other liver disease.

Many people who love the Yusheng think that when the Yusheng is dipped in vinegar and mustard, it can kill the parasite. In this regard, Bian Huawei emphasized, mustard, vinegar for the user wise is, undoubtedly, just used for food flavor, it has an impact on its taste, but it is not useful to kill the liver fluke. If you want to use alcohol to kill the liver fluke, you need to soak the fish in more than 75 degrees of liquor for a period of time to work, and usually drinking liquor will not reach the standard to kill the liver fluke.

If you want to stay away from the liver fluke, the best way is to avoid eating raw fresh water products; freshwater fish, it is the best way to well cooked. Experts suggest that in cooking the deep-sea aquatic products, ensure that knives, chopping boards; and one person produce only one aquatic product. Now, however, many restaurants in processing of deep-sea fish and freshwater aquatic products using the same tool, then deep-sea fish perhaps will be cross-infected with the liver fluke, so even eat deep-sea fish, try not to go to unqualified environment restaurants. For freshwater fish products, the best way to avoid infection with liver flukes is not to eat Yusheng.

<http://www.39yst.com/xinwen/319106.shtml>

..... 以下は中国語原文 .....

我国超千万人感染肝吸虫 生吃淡水产品为主因

我国感染肝吸虫的人数近 1300 万名，数量居全球首位！感染者主要分布在广东、广西以及东北的黑龙江和吉林！日前，《柳叶刀》在线刊登了中国疾控中心寄生虫病预防控制所等中外研究人员的综述文章！专家表示，肝吸虫病在临床上并不少见，生吃淡水产品是最大原因。

淡水产品是南方内陆地区的主要水产品，如青鱼、鲢鱼、鳙鱼、鲈鱼、草鱼、鲤鱼等淡水鱼以及螺蛳、淡水虾等。生吃这些淡水鱼可能会觉得不可思议，不过在两广地区，这是一种特色饮食。他们把生吃鱼片叫做“鱼生”，类似于日本的“刺身”。

专家介绍，吃鱼生是岭南饮食文化一个最重要的元素，其中以“顺德鱼生”较为著名。做法类似于我们做三文鱼，把新鲜的鱼洗净剔刺，切成薄片，然后配以姜、蒜白、米醋和紫苏叶、鱼腥草、香茅草等，混合起来吃。广西医科大学寄生虫学教研室老师刘登宇介绍，在广西，鱼生也大受欢迎，广西南宁的“横县鱼生”更是广西的特色名菜，很多地区还会举办鱼生节，如今在两广地区的很多城市都有“鱼生馆”。

不过在享受了口腹之欲后，很可能会感染肝吸虫。卞华伟介绍，我们吃的鱼生不同于日本吃深海鱼，淡水中生长的鱼类、贝类等水产品体内都可能存在肝吸虫（也叫做华支睾吸虫），生吃这些感染了肝吸虫的淡水鱼，就很容易“中招”。

正因为广西人也有吃鱼生的饮食习惯，全国第二次寄生虫病调查显示，广西人群肝吸虫病感染率为 3.71%（流行区 9.76%），居全国首位。同样在黑龙江省和吉林部分地区，也有生吃淡水鱼的饮食习惯。黑龙江省疾病中心病媒寄生虫病防治所所长纪卓介绍，哈尔滨沿江地区肝吸虫率达到 30% 以上，这与当地居民喜爱生吃或半生吃淡水鱼密切相关。

“在广东、广西的高流行县，人群感染率超过 50%，当地成年男性几乎全部感染。”中国疾控中心寄生虫病预防控制所所长周晓农表示，2009 年，国际癌症研究署确定华支睾吸虫为胆管癌 1 类致癌物。有研究显示，华支睾吸虫感染者发生胆管癌的风险是非感染者的 4.5 倍~6.1 倍。

轻度的肝吸虫感染有时并没有明显症状，不过当虫在人体肝脏内“安家”不断繁殖，虫及其虫卵会逐步堵塞胆道、肠道，会出现腹痛、腹泻、消化不良、营养不良、疲倦乏力、肝区隐痛等表现，晚期可出现肝硬化，同时还可并发胆囊炎、胆管炎、胆管阻塞等，甚至引起肝癌。如果本身就有肝病的人，感染了华支睾吸虫，则会加速其他肝病的发展进程。

许多爱吃鱼生的人认为，吃鱼生的同时蘸点醋和芥末就能把寄生虫杀死了。对此，卞华伟主任强调说，芥末、醋对使用者来说，只是食用食物风味的喜好问题，味觉上的一种刺激，并不能有效的杀死肝吸虫。若想用酒杀死肝吸虫，需要将鱼生浸泡在 75 度以上的白酒中一段时间才能起效，而日常饮酒是达不到杀死肝吸虫的标准的。

想要远离肝吸虫，最好的方法就是避免生食淡水产品，淡水鱼最好加工煮熟。另外卞华伟主任提示，在制作深海水产品时应该保证一把刀、一块案板、一个人单独制作某一种水产品，但现在很多餐馆在加工深海鱼和淡水水产品使用同一套器具，这样深海鱼生也可能交叉感染上肝吸虫，所以即使吃深海鱼生，也尽量不要去一些卫生环境不达标的餐馆。而对于淡水鱼产品来说，预防肝吸虫感染的最佳方法是不吃鱼生。

## 食物中防好六条虫

肺吸虫：随醉蟹入口

肝吸虫：生鱼中的数目

牛带绦虫：嫩牛排中个头最大

管圆线虫：最喜欢藏在螺蛳中

弓形虫：爱吃涮锅的人易中招