

有毒成分を含む農作物



じゃがいも

じゃがいもの芽や緑化した部分には、ソラニンという有毒物質が含まれます。調理時には、芽を取り除き、緑化した部分は皮を厚くむきましょう。学校や家庭菜園で栽培した未成熟で小さいじゃがいもによる食中毒が全国で起きていますので、じゃがいもを栽培するときは、土の盛り方などをよく確認し、日光の当たらない場所で保管しましょう。また、地上部にトマトに似た緑色の実をつけることがあります。実にも毒がありますので食べないでください。

症状 嘔吐、腹痛、下痢、目がチカチカする

ぺちや豆 (クリスマスライマビーン)

県内で十数年前から食べられてきた「ぺちや豆」は、シアン化合物を蓄積する「シアン豆」の一種であることがわかりました。シアン化合物は青梅や杏の種子などにも含まれる物質で、日当たりや土壌に関係なく蓄積されます。また、ゆでこぼしや加熱によっても完全に消失させることができません。

シアン化合物を摂取すると、頭痛、めまい、おう吐、血圧低下、呼吸困難、けいれんなどの症状を起こし、重篤な場合は死亡する危険性があります。



◇シアン500ppmを含む豆の場合、体重60kgの人では煮豆150g以上の摂取により重篤な症状を起こすと考えられます。

◇平成21年に県内で栽培されたぺちや豆からは6~50ppmのシアンが検出されています。

直売所などで販売してもいい?

シアン化合物を含んだ豆は食品衛生法により流通が禁じられています。検査でシアン不検出を確認したもの以外は販売できません。

自分で栽培して食べるなら問題ない?

ぺちや豆による健康被害は報告されていませんが、豆に含まれるシアン量にばらつきがあるので、検査を行っていない豆の利用はおすすめできません。

～ 食中毒かな?と思ったら～

すぐ病院で医師の診察を受けましょう。受診時に食べた山菜等を持参してください。

有毒植物についてもっと詳しく知りたい方は

長野県 健康福祉部薬事管理課「食べると危険! 有毒植物に注意しましょう」

<http://www.pref.nagano.jp/eisei/yakumu/yudoku/yudoku.htm>

厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル」

<http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/poison/index.html>

長野市保健所食品生活衛生課

〒380-0928 長野市若里6丁目6番1号

TEL026-226-9970 FAX026-226-9981 h-seikatu@city.nagano.lg.jp

気をつけて! 有毒植物

代表的な有毒植物を紹介しますので、よく確認して食中毒を防ぎましょう。

この毒草、見分けられますか?

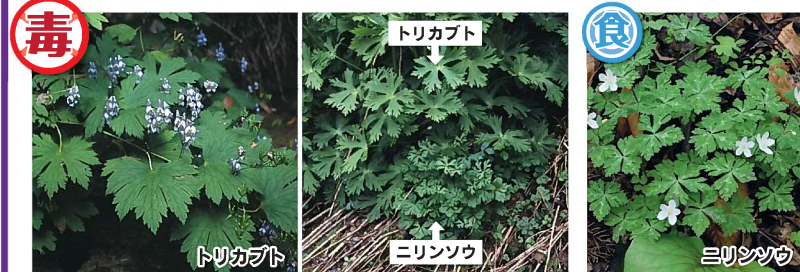


バイケイソウ(ユリ科)

バイケイソウの葉は茎を包み囲むようにつき、柄がありません。葉脈は根本から先に向かって伸びています。それに対して、ギボウシの葉には柄があり、太い葉脈が中心にあり、そこからふちに向かって細い葉脈が分かれています。新芽のうちはギボウシやギョウジャニンニクと見分けがつきにくいいため、少し葉が開いたもので確認するとよいでしょう。

近縁種のコバイケイソウ(有毒)の葉もバイケイソウと同様の形態です。

症状 おう吐、しびれ、呼吸困難、血圧低下、めまいなど。重症の場合は死亡。



トリカブト属(キンポウゲ科)

トリカブトの葉は、ニリンソウ、ヨモギ、ゲンノショウコと似ています。特にニリンソウはトリカブトと混在して生育しますので注意しましょう。トリカブトは秋に青~紫色の兜状の花をつけますが、ニリンソウは春に白い花をつけます。つぼみや花で区別すると良いでしょう。

※ニリンソウは微量の毒があるため、必ずゆでこぼしてから調理しましょう。

症状 口のしびれ、けいれん、呼吸困難、心臓まひ。重症の場合は死亡。

(写真提供:小谷宗司)