
内閣府 食品安全委員会e-マガジン【読み物版】

【生活の中の食品安全－山菜に似た有毒な植物に気をつけよう－】

平成30年3月16配信

今月のe-マガジン【読み物版】は、山菜に似た有毒な植物についてお送りします。
例年、春先から初夏にかけて、有毒な成分を含む植物（有毒植物）を、食べても安全な山菜と間違えて食べてしまうことによる食中毒が数多く発生し、中には死に至るケースもあります。山菜狩りの季節は特に注意が必要です。

1. 有毒植物ってどんな植物？

私たちが日ごろ食べている野菜や果物は、多くは品種改良が施され、食用に適する性質になっており、栽培管理されています。
一方、野生の植物の中には、食べられるものもありますが、有毒で食べられないものもあります。これを有毒植物といいます。
山菜狩りで、有毒植物を誤って採って食べると、それに含まれる毒が原因となり、食中毒を起こすことがあります。

過去（平成19年～28年）の主な有毒植物による食中毒の発生状況は以下のとおりです。

植物名	事件数	患者数	死亡数
スイセン （葉がニラやノビルに似ている。）	44	176	1
バイケイソウ （新芽がオオバギボウシやギョウジャニンニクに似ている。）	20	49	0
チョウセンアサガオ （葉がモロヘイヤやアシタバ、根がゴボウに似ている。）	19	48	0
クワズイモ （葉がサトイモに似ている。）	13	55	0
イヌサフラン （葉がギボウシやギョウジャニンニクに似ている。）	13	23	6
トリカブト （葉がニリンソウに似ている。）	11	18	3

厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル」には、有毒植物の生育地や中毒症状が詳しく紹介されているとともに、誤りやすい有毒植物と食べられる植物が対比された写真も掲載されていますので、参考にしてください。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/poison/index.html

2. 食中毒になるとどんな症状があらわれる？

有毒植物の毒性成分は、多くの場合、アルカロイドと呼ばれる物質ですが、クワズイモのようにシュウ酸カルシウム（針状の結晶）が毒性成分のものもあります。
過去に食中毒が発生している主な有毒植物では、ほとんどが、それを食べてから1時間以内に症状があらわれます。また、重症の場合には死亡することもあります。

植物名	症状等
スイセン	食後30分以内で、吐き気、おう吐、頭痛等の症状があらわれます。
バイケイソウ	30分～1時間で、吐き気、おう吐、手足のしびれ、めまい等の症状があらわれ、重症の場合は死亡することもあります。
チョウセンアサガオ	30分程度で口の渇きが発現し、体のふらつき、吐き気、倦怠感、眠気等

クワズイモ	の症状があらわれます。 食後すぐに、悪心、おう吐、下痢、麻痺等の症状があらわれるだけでなく、汁にふれただけで、皮膚炎を起こすこともあります。
イヌサフラン	おう吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難等の症状があらわれ、重症の場合は死亡することもあります。
トリカブト	食後 10～20 分以内に発症することが多く、口唇や舌のしびれに始まり、次第に手足のしびれ、おう吐、腹痛、下痢、不整脈、血圧低下等の症状があらわれ、けいれん、呼吸不全に至って死亡することもあります。

3. 有毒植物による食中毒を防ぐために

有毒植物による食中毒を防ぐため、以下の 4 点に注意が必要です。

- ・食べられると確実に判断できない植物は、採ったり食べたりしないこと。また、人に譲ったり売ったりしないこと。
- ・山菜等に混じって有毒植物が生えていることがあるので、1 本 1 本よく確認すること。
- ・家庭菜園や畑では、野菜と観賞植物と一緒に栽培しないこと。また、植えた覚えのない植物は食べないこと。
- ・野生の植物を食べて体調が悪くなった場合は、すぐに医師の診察を受けること。

厚生労働省からも注意喚起されています。目を通してみてください。

- ・厚生労働省 有毒植物による食中毒に注意しましょう

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/yuudoku/index.html
↓

4. Q & A

Q1 山菜のような自然のものなら、何を食べても安全なのではないですか。

A1 野生の植物の中には、食べられる植物もありますが、有毒で食べられない植物もあります。有毒で食べられない植物には、食べられる植物に似ているものがあり、こうした有毒植物を山菜と間違えて食べたり、通常食用としない観賞用植物を食べたりすることにより、食中毒が発生しています。
特に、春の山菜狩りのシーズンには、多く食中毒が発生しています。死に至ることもあるので注意が必要です。

Q2 有毒植物による食中毒では、どのような症状があらわれますか。

A2 植物によって異なりますが、悪心やおう吐、下痢等の症状があらわれます。重症の場合、死に至ることもあります。過去に食中毒が発生している主な有毒植物では、ほとんどが、それを食べてから 1 時間以内に症状があらわれます。
野生の植物を食べて体調が悪くなった場合には、すぐに医師の診察を受けてください。

Q3 食べられる植物と食べられない植物は、どのように見分ければよいですか。

A3 専門家の指導を受ける等により、食べられる植物の特徴を知ることが必要ですが、食中毒の原因となる有毒植物は、食べられる植物に似ていることから、見分けが付きにくいものです。確実に食べられると判断できない場合は、「採らない」、「食べない」、「売らない」、「人にあげない」ことが重要です。

Q4 食べられる植物と間違えやすい有毒植物の例を教えてください。

A4 食べられる植物と間違えやすい有毒植物は、次のようなものが知られています。

- ・スイセン 葉がニラやノビルに似ている。
- ・バイケイソウ 新芽がオオバギボウシやギョウジャニンニクに似ている。
- ・チョウセンアサガオ 葉がモロヘイヤやアシタバ、根がゴボウに似ている。
- ・クワズイモ 葉がサトイモに似ている。
- ・イヌサフラン 葉がギボウシやギョウジャニンニクに似ている。
- ・トリカブト 葉がニリンソウに似ている。

厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル」には、有毒植物の生育地や中毒症状が詳しく紹介されているとともに、間違いやすい有毒植物と食べられる植物が対比された写真も掲載されていますので、参考にしてください。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/poison/index.html

Q5 家庭菜園で気をつけることを教えてください。

A5 食用の植物は、観賞用植物とは区別して、食用とわかるようにして植えてください。

また、植えた覚えがないものは、食べられる植物に見えても食べないでください。

Q6 最近の有毒植物による食中毒事例を教えてください。

A6 平成 29 年 5 月、北海道で、知人宅敷地内に生えていた植物（イヌサフラン）を、ギョウジャニンニクと間違えて食べたことで、3 人が下痢、おう吐等の症状を呈する食中毒が発生しました。この事例では、3 人のうち 1 人の方の容体が悪化し、死亡しました。

また、平成 29 年 5 月、長野県で、学校の調理実習において、職員が採取した植物（スイセン類）を、食用のニラと間違えて調理して食べたことで、11 人が吐き気、発熱、頭痛、おう吐等の症状を呈する食中毒が発生しました。

さらに、平成 29 年 6 月には、埼玉県で、登山に出かけた際に採取した植物（バイケイソウ）を、食べられる野草と間違えて、天ぷらにして食べたことで、2 人が顔面のしびれ、おう吐等の症状を呈する食中毒が発生しました。

このように、有毒植物を食べられる植物と間違えたことによる食中毒が起きていますので、注意が必要です。

以上