

# Keracunan Makan Ikan Laut

**PT EOS CONSULTANTS**





KEMENTERIAN  
KELAUTAN DAN  
PERIKANAN

# PT EOS CONSULTANTS

**Kenapa Makan Ikan Laut  
yang Tidak Segar  
Bisa Bikin Keracunan?**

**Ini karena Histamin!**



EOS Consultants, pt

Speed & Service



Ada yang pernah merasa gatal-gatal setelah mengkonsumsi ikan laut? Bisa jadi ini bukan karena alergi loh. Ternyata mengkonsumsi ikan yang tidak dalam kondisi segar berpotensi menyimpan histamin. Waah waah waahh, ini nih yang buat tubuh kamu gatal-gatal. Tapi apa sih histamin itu dan bagaimana cara mencegahnya?







KEMENTERIAN  
KELAUTAN DAN  
PERIKANAN

## APA ITU **HISTAMIN?**

Histamin terbentuk melalui **deskomposisi bakteri penghasil enzim dekarboksilase dari asam amino histidin bebas setelah ikan mati**

Histamin ini akan **muncul pada ikan yang kadaluarsa atau kualitasnya tidak baik** karena komposisi kimiawi ikan sudah berubah terutama pada jenis tongkol, tuna, makarel, dan sarden

**Histamin  
bahaya  
gak ya ?**



Speed & Service





## BATAS AMAN

- Histamin dalam batas tertentu bisa berubah jadi racun lho!
- SNI menetapkan jika 100 ppm (100 mg/1 kg) adalah batas aman maksimal pada hasil perikanan untuk dikonsumsi

## CARA MENCEGAH HISTAMIN

- Mempertahankan suhu ikan selama penanganan maksimal  $4,4^{\circ}\text{C}$
- Menerapkan prinsip *higine* untuk meminimalisir pertumbuhan mikroba







## GEJALA KERACUNAN HISTAMIN



Muntah-muntah



Kejang



Rasa terbakar  
pada tenggorokan



Muka dan leher  
kemerahan



Bibir bengkak



Gatal



Sakit kepala  
dan mual



Badan lemas



# SUMBER

## Kementrian Kelautan dan Perikanan RI:

1. [https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img_index=1)
2. [https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img\\_index=2](https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img_index=2)
3. [https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img\\_index=3](https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img_index=3)
4. [https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img\\_index=4](https://www.instagram.com/p/Cve5imTSZMh/?img_index=4)

