

市民病院だより

子どもの窒息事故に注意を

小児科医師 安藤万里子

窒息しやすい食べ物

食べ物による窒息事故で、毎年20人以上の乳幼児が亡くなっていることをご存知ですか。

- ・平成24年7月、2歳児が白玉だんごを喉に詰まらせ死亡。
- ・平成25年10月、1歳児がブドウ（皮をむいた巨峰）を詰まらせ死亡。

乳幼児で窒息が起こりやすい主な理由は、臼歯^{うしゆ}がなく、食べ物を噛んですりつぶすことができないからです。また、歩きながら遊びながら食べることもしばしばみられ、食事中にじっとできないことも理由の一つです。

特に5歳未満の子どもは要注意です。

食品による窒息死の10%が果実で、ブドウ、ミニトマト、リンゴ片などで窒息しやすいと言われています。

球形である程度の硬さがあり、表面がつるつるで口の中を滑りやすく、一口サイズで吸い込んで食べるものは危険性が高く、乳幼児に与える時は、4分の1以下の大きさに切ってあげる必要があります。

その他、餅、あめ玉、ナッツ類、ガム、ちくわ、たくあん、こんにゃくゼリー、ソーセージ、こんにゃく、肉片などを食べさせる時も注意が必要です。

子どもの窒息時の応急手当の方法

119番通報を誰かに頼み、直ちに次の方法で除去を試みます。

・背部叩打法

乳児は片腕にうつぶせに乗せ顔を支えて（図1）、また少し大きい子は立て膝で太ももがうつぶせにした子のみぞおちを圧迫するようにして（図2）、どちらも頭を体より低くして、背中の真ん中を手のひら全体で何度も強くたたきます。

（思い切りたくくと腹部臓器を傷付ける恐れがありますので、ある程度の力加減はしてください）

図1



図2



・ハイムリック法^{II}腹部突き上げ法

大人や年長児では、後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握りこぶしにして、腹部を上方へ圧迫します。

図3



窒息予防のために注意するポイント

- ・食事中はじっとする習慣を身につけさせましょう。食事中に遊んだり、歩き回ったり、寝ながら食べたりすると誤嚥の危険性が高まります。
- ・よく噛んで食べさせましょう。乳幼児は噛むことが上手ではないので、月齢にあった適度な大きさに切って、よく噛むことを教え、あわてて飲み込まないように注意を促しましょう。
- ・食事中は必ず誰かがそばにいて、注意深く見守りましょう。
- ・子どもの手が届く所には、口に入りそうなものは置かないようにし、引き出し、戸棚などはしっかりロックしておきましょう。

大人が気をつけることで窒息事故は防げることができます。尊い命を失うことのないようしっかりと注意しましょう。

（食品安全委員会「食べ物による窒息事故を防ぐために」より）

お知らせ

佐藤杉名誉院長の内科外来を週2回に拡充しました。

木曜日午前中の肝臓外来は従来通り予約制ですが、新たに担当する水曜日の午後は新患、旧患いずれも予約なしで診察します。

【問合せ】小城市民病院 ☎ 73・2161

ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>