こどもの窒息・誤嚥事故に気をつけて！！

～乳幼児は特に注意しましょう～

食べ物による乳幼児の窒息は度々起こっており、尊い命が失われています。

厚生労働省の人口動態統計の調査票情報（平成26年から令和元年までの６年間）をもとに、消費者庁で独自に分析を行ったところ、食品を誤嚥して窒息したことにより、14歳以下のこどもが80名死亡していました。そのうち５歳以下は73名で９割を占めていました。

乳幼児は、嚥下機能（飲みこむ力）が未熟であり、咀嚼力（噛む力）も弱いため、誤嚥を起こしやすいと言われています。食べ物が気道にはいり、気道をふさいでしまうと窒息事故が起こります。

食べ物に注意

プチトマト・ぶどう など

丸くつるっとしていて喉に吸い込みやすい → 4分の1に切る

りんご・柿 など

硬くて口の中でバラバラになってまとまりにくい → 噛み切れる大きさや厚みにする

パン・ごはん など

粘着性が高く、唾液を吸収して飲み込みづらい → 食べる前・途中に水分を摂る

豆・ナッツ類 など

噛みにくい、舌でつぶしにくいため吸い込んで喉につまりやすい → 硬い豆やナッツ類等は５歳以下のこどもに食べさせない

食べるときに注意

- 一口の量を多くしない、よく噛んで食べるように注意しましょう。
- こどもが食事をする際は、目を離さないようにしましょう。
- のどの通りを良くするために、食事の前や途中で適度な水分を摂らせましょう。
- 食事をしている時は、姿勢を良くし、できるだけ食べることに集中させましょう。
- 寝転がっている状態や、歩いたり、遊んだりしながら食べることはやめさせましょう。
- 泣いている時や眠りかけている時に、物を食べさせるのはやめましょう。
- 食事中に不意に驚かせたり、急に怒ったりしないようにしましょう。

もしも気道に食べ物が詰まってしまったら（応急処置：気道内異物除去法参考例）

急に顔色が悪くなり、苦しそうな顔をして声が出せなくなります。窒息状態になると、たった数分で呼吸が止まり、心停止してしまう可能性があるので、**すぐに119番**、反応がある場合は応急処置を開始しましょう。

１歳未満の場合

背部叩打法

・椅子に座って、手で首・頭を固定しながら、両太ももの上にうつぶせにする。
・頭を低くして、背中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で５～６回迅速に強くたたく。

胸部突き上げ法

・こどもを落とさないように抱きかかえながら、すばやく仰向けにして、頭を低くする。
・もう片方の手の指２本で、胸の真ん中を５～６回強く押す。

※**背部叩打法**と**胸部突き上げ法**を繰り返す

１歳以上の場合

腹部突き上げ法

・こどもの脇の下から手を入れて、後ろから抱える。
・みぞおち下（おへその上）あたりで手を重ねて一気に手前上側に強く５～６回突き上げる。

背部叩打法

こどもを座らせて、背中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で５～６回迅速に強くたたく。

※**腹部突き上げ法**と**背部叩打法**を繰り返す

反応がない場合は心肺蘇生を！（近くにAEDがある場合はAEDも！）

家庭で発生した食物誤嚥による窒息事故事例

年齢／原因食材	発生年	概要
２歳 ぶどう	2013年	ぶどう（直径3cm、皮を剥いた種なし）を丸ごと１個、一人で食べていた時に突然せき込んだ後、泡を吹いて意識消失した。腹部突き上げ法を施行し、ぶどうは一塊で排出された。
１歳 アーモンド	2015年	アーモンドを８等分くらいに砕いて小さくし、二人の兄と遊びながら食べていたら突然むせ、一部は吐き出したが、気管支に異物が詰まった疑いで、気管支鏡で検査した結果、異物が確認され摘出された。
10か月 パン	2020年	パンを食べていた時に、パンを１つ丸々口に入れて直後に苦しそうに悶えだした。救急搬送後12日目に死亡した。
１歳10か月 ドーナツ	2020年	父親とはじめてドーナツを食べている時に、詰まるように咳き込み、顔色不良となり、救急搬送した。低酸素脳症。

保育施設で発生した食物誤嚥による窒息事故事例

年齢／原因食材	発生年	概要
１歳 ミニトマト	2006年	園庭で遊んでいた時に、突然口から泡を出し苦しみだしたので、ドクターヘリで病院へ搬送されたが２時間後に死亡。咽喉頭部から園のプランターで栽培していたミニトマト（直径約２㎝）が見つかった。
１歳２か月 りんごのスライス	2018年	給食時に眠りかけたため保育士が抱き上げたところ、食べ物が詰まり窒息状態となった。
４歳 節分の豆	2020年	節分の行事中に豆を喉に詰まらせて、すぐに救急車で市内の病院に運ばれたが、気道閉塞で死亡が確認された。
１歳２か月 りんごなど	2020年	給食時にりんご等を口に入れている状態でぐずって泣き出し、体をのけぞらせた瞬間に喉に詰まらせ窒息状態になった。病院に搬送後、死亡した。
４歳 ぶどう	2020年	給食時に皮をむいた状態で提供されたぶどうを食べていて、喉に詰まらせ窒息状態になった。病院に搬送後、死亡した。

消費者庁
「子どもを事故から守る！
事故防止ポータル」サイト

※参考文献・引用
・消費者庁「食品による子どもの窒息・誤嚥事故に注意！」
・日本小児科学会　こどもの生活環境改善委員会の通知

― 大阪市こども青少年局 ―