

気をつけたい こどもの食品による窒息と異物誤飲について

【1】食べ物による窒息

窒息とは食べたものが気道（空気の通り道）に誤って入り込むことを言います。こどもの食品による窒息事故は珍しくなく、平成22年から平成26年の5年間でこどもの食品による窒息死は103件ありました。このうち87件は6歳以下で起こっており、幼児期は特に保護者の注意が必要です。

◆なぜこどもの窒息が多いのか

こどもは噛む力や飲み込む力が強くありません。おとなは気管に食べ物が入りそうになった時、むせこむことで食べ物が入ってくることを防いでいますが、こどもはむせこむ力も強くありません。窒息事故の状況を調べてみると走り回りながら食べていたり、口の中を食べ物でいっぱいにしていた事例が多くあります。こどもはトイレットペーパーの芯に入るもの（≒直径39mm）はすべて飲み込む可能性があることも覚えておきましょう。

食事のときの注意として

- ・離乳食の固さ、大きさは発達の時期に合わせて提供し、窒息しやすい食品は避ける
- ・しゃべったり、歩きながら食べないようにする
- ・年長のこどもが危険な食べ物をあげないように注意するなどあげられます。

◆窒息を起こしやすい食べ物

①丸くて表面が滑らかなもの：ブドウ、プチトマト、皮つきソーセージ、ピーナッツ、カップゼリーなど

対策：ブドウ、プチトマトは1/4にカット、ソーセージは縦にカット、ピーナッツまるごとは4歳以上になってから与える

②粘着性が高く唾液を吸収してしまうもの：パン、ごはん、カステラなど

対策：食事前に水分を摂り、喉を潤す、口の中いっぱい頬張らない、よく噛む

③固くてかみ切りにくいもの：リンゴ、肉、イカなど

対策：小さくする、イカは焼くほど固くなるので調理法に注意

◆窒息をうたがうときとその対処法

窒息時はチョークサインと呼ばれる両手で首をおさえるポーズになることが多いです。また顔色が悪くなり、よだれがでて苦しそうなとき、声が出せないときは窒息をうたがいます。このような場合はすぐに救急車を呼びましょう。応急処置は1歳未満では背部叩打法、1歳以上ではハイムリック法を行います。

背部叩打法：救護者は膝立ちか椅子に座る。太ももの上に子供を薄部背にして、こどもの背中中の肩甲骨の間をてのひらで5〜6回強く叩き詰まった食品を吐き出させる。

ハイムリック法：こどもの背中側から救護者の両手を回し、みぞおちの前で両手を組む。勢いよく両手を絞ってみぞおちを押し詰まっていた食品を吐き出させる。

応急処置を行っているあいだに意識がなくなった場合は、速やかに心肺蘇生を開始します。

【2】こどもの異物誤飲

異物誤飲とは消化されないものを誤って飲み込んで、胃や腸に入ってしまうことを言います。異物により胃腸が傷ついたり、中毒症状が出るのが問題になります。予防で重要なのは「こどもが飲み込む可能性があるものを手の届く範囲に置かない」ということです。誤飲の事故は1歳前後が多く、この時期は好奇心旺盛でなんでも口に入れます。前述したとおり、トイレットペーパーの芯に入るものはすべて飲み込む可能性があるため、そのことを頭において家の中の整理整頓をしましょう。

◆とくに気を付けたいもの

①タバコ

タバコの誤飲は昔から多く、最近では加熱式タバコのカートリッジの誤飲が増えています。加熱式タバコのカートリッジはこどもが丸ごと飲み込んでしまう大きさであり非常に危険です。こどもの前でタバコを吸わない、吸い殻を放置しないなどの注意が必要です。タバコの誤飲が明らか場合は、タバコ成分の吸収が促進してしまうので水分摂取を控えましょう。誤飲した場合は速やかに病院を受診しましょう。

②電池

リモコンの電池を知らぬ間に取り出して誤飲してしまう事故が多いです。電池が胃腸で放電してやけどしてしまったり、中身が溶け出して消化管に穴を開けることもあります。最初は無症状のことが多いですが、速やかに摘出する必要があります。飲み込んだ可能性があればすぐに病院を受診しましょう。

③磁石

マグネットボールなどの強力な磁石を複数飲み込むことで、胃や腸が磁石で挟まれ、穴が開いてしまう事故が数多く発生しており大変危険です。冷蔵庫に磁石を貼っている家庭が多く、その磁石を誤って飲み込むことも多いです。このような強力な磁石はこどもが十分に大きくなるまで家に置かないように注意しましょう。誤飲した可能性があれば病院を受診してください。

そのほか洗剤、薬、消毒剤などの誤飲が多くみられます。これらも誤飲した場合はすぐに受診してください。

◆誤飲した時の対処法

腹痛や嘔吐、咳などの症状があれば医療機関を受診しましょう。家庭では無理やり吐かせることはせず、同じものがあれば受診の際に持ってきてください。意識がない、呼吸が浅い、ぐったりしているなどの場合は速やかに救急車を呼んで下さい。受診が必要かどうかわからない場合は中毒110番へ相談するのも良いでしょう。