

# のどに何か詰まった 息ができない



まだ首が座っておらず、寝返りができない小さい子どもは、クッションや枕、そして寝具など、眠っているときに周りにあるものが原因で窒息してしまいます。普段、寝かしつけるために使っているもので子どもが窒息してしまうことは、想像できないかもしれません。1歳以上になると、食物や小さなおもちゃなどを喉に詰まらせて息ができなくなることが多くなります。子どもが、息をしていない、息ができていないと思ったら、すぐに救急車を呼びましょう。

## 応急処置のポイント

まず

呼吸ができていないかどうか  
確認しましょう。



呼吸ができる

落ち着いて救急車を呼びましょう



呼吸ができない

救急車を呼んで、以下の応急処置をおこないます

1歳未満

背部叩打法 + 胸部突き上げ法



1歳以上

ハイムリック法



呼吸もなく、呼びかけても反応がない

救急車を呼んで  
すぐに心肺蘇生を行いましょう

## 家庭での事故(傷害)予防のポイント

1歳未満

- ベビーベッドで寝かせるようにしましょう
- 寝具は赤ちゃん用のものを使用しましょう
- 口を覆うものや、首に巻きつきそうな物はそばに置かないようにしましょう
- ベビーベッドの上に必要ない物は置かないようにしましょう
- 仰向けで寝かせましょう
- 添い寝する時は、保護者が寝込まないように注意しましょう



## 家庭での事故(傷害)予防のポイント

1歳以上

- 椅子に座って、食事をしましょう
- 口の中に食べ物をいれたまま走ったり、寝転がったりしないようにしましょう
- 食品は 1.5cm 以下によく噛んで食べるように教えましょう
- お子さんの手の届く範囲に小さなおもちゃなどを置かないようにしましょう
- パーカーなど洋服の紐が首に巻き付かないように、JIS規格にあった製品を選ぶように注意しましょう



食品による窒息子どもを守るためにできること。  
日本小児科学会  
こどもの生活環境改善委員会▶



## 実際にあった事例

クローハン内で発生した窒息  
Injury Alert No.19

1か月の男の子。普段から畳んだ毛布の上に乗せたクローハンで眠らせていた。母が目覚めると毛布が崩れてクローハンが傾き、児の顔面がクローハンの側面にうつ伏せの状態押し付けられて、呼吸をしていなかった。

ブドウの誤嚥による窒息  
Injury Alert No.49

2歳6か月の男の子。母親と一緒に食卓に座って、ブドウを丸ごと一個食べた。突然咳き込んで、意識を失った。ハイムリック法が施行され、ブドウが排出されて、意識が戻った。

主治医からの  
ひとこと