

ニュースレター

日中の暑さも和らぎ、過ごしやすい季節となりました。新型コロナウイルス感染症の流行が続き、家で過ごす時間も多くなっているためか、家庭内での事故・ケガに関する電話相談も多くいただきます。今回はその中でも、緊急を要する事故「窒息」について、いざという時の対応方法のお話です。



窒息

「窒息事故」は特に0歳～3歳の小さな子どもに多い事故です。

子どもの特徴

生後5～6か月頃から、手につかんだ物を何でも口に持っていくようになります。これは成長の発達段階で自然な行動です。小さな子どもののどは狭く、飲み込んだり吐き出したりする力や、歯で噛んだりつぶす力も弱いため、口に入れた物でのどを詰まらせてしまうことがあります。



どんなものを詰まらせる？

ひとくちで吸い込んで食べるものはリスクが高くなります。ある程度硬さがあるものや、球形で回りがつるっとして口の中を滑りやすいもの、粘着性のあるものも危険です。また食べ物に限らず、日用品や小さなおもちゃなども窒息の原因になることがあります。



詰まらせないためには？



- 食べ物を小さく切る、つぶすなど年齢に応じた大きさや形状に工夫しましょう。
- 食べ物を口に入れたまま、横になる・おむつを替える、走る・飛び跳ねるふざけて大笑いする・くすぐるなどの行為は危険ですのでやめましょう。
- 食事の時は水分を摂り、のどを湿らせましょう。
- 窒息の原因になるようなものは、子どもの周りに置かないようにしましょう。

子どもが、のどに詰まる可能性があるものを口に入れている時に驚かせてしまうと、その拍子に飲み込んでしまうことがあります。大きな声を出さずにそっと口から取り出しましょう。



どんな症状？



急に咳込んだり息が苦しようになります。弱々しい咳や、泣き声もか細い状態になります。胸からゼーゼーやヒューヒューという音が聞こえたりもします。最も強い症状は、突然息ができなくなる事です。多くの場合、窒息が起こってから3～4分で顔が青紫色になり、5～6分で呼吸が止まり意識を失います。このため一刻も早い応急処置が必要となります。

応急処置

窒息に気づいたらすぐに救急車を呼び、救急車が来るまでの間、詰まったものを吐き出させるための応急処置をすることが非常に重要です。

1歳以上		1歳未満	
腹部突き上げ法	背部叩打法	胸部突き上げ法	背部叩打法
<ul style="list-style-type: none"> ・傷病者の後ろから腹部に両手を回し、片手で握りこぶしをつくる ・こぶしの親指側を傷病者のへそのやや上に押し当てる ・こぶしをもう一方の手で握り、手前上方にすばやく突き上げる 	<p>手の平の付け根で、背中の中を異物が取れるか反応がなくなるまで強くたたく</p> 	<p>片手で身体を支え、手の平で後頭部をしっかり支えます。心肺蘇生法の胸骨圧迫と同じやりかたで圧迫しましょう。</p> 	<p>片手で身体を支え、手の平であごをしっかり支えます。もう一方の手の平の付け根で背中をしっかりたたきましょう。</p> 

1歳未満の乳児

※意識のあるときのみ

数回ずつ
交互に行なう

異物が取り出せず、子どもの意識がなくなってしまった時には、心肺蘇生をおこなってください。

窒息事故に至らなくても、薬やボタン電池など誤って飲み込んでしまうことで危険なものはたくさんあります。日頃から子どもの目線になり、まわりに危険なものはないか確認しておきましょう。また、万一事故がおこった時に備えて応急処置を覚えておきましょう。



電話相談をご利用ください

◆阪神北広域こども急病センターでは、看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981



*発信者番号を通知の上、おかけください

☎ 相談受付時間 ☎

平日	午後 8:00 ~ 翌朝 6:30
土曜日	午後 3:00 ~ 翌朝 6:30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9:00 ~ 翌朝 6:30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

診療のご案内

診療科目	小児科 (15歳以下、中学生まで) ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平日	午後 7:30 ~ 翌朝 6:30 診察開始は午後 8時から
	土曜日	午後 2:30 ~ 翌朝 6:30 診察開始は午後 3時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8:30 ~ 翌朝 6:30 診察開始は午前 9時から

道路地図



阪神北広域こども急病センター

〒664-0015 伊丹市昆陽池 2丁目 10 番地
http://www.hanshink-kodomoqq.jp/

TEL: 072-770-9988

FAX: 072-770-9905