

食べ物による窒息事故を防ぐために

乳幼児は食べ物による窒息がおきやすいため、その予防や応急手当について知っておくことが必要です。気道が3～6分間閉塞(へいそく)されると死亡することがあります。臼歯がなく食べ物をかんですりつぶすことができない、また、食べるときに遊んだり泣いたりするなどのためです。窒息を起こす原因になる食べ物としては、ナッツ類、丸いあめ、ブドウ、プチトマト、もち、ちくわ、たくあん、こんにゃく入りゼリー、生のにんじん、棒状のセロリ、リンゴ、ソーセージ、肉片、こんにゃく、ポップコーン、せんべい、ベビー用のおやつなどが報告されています。

乳幼児の食べる機能の発達には個人差があります。周囲の人は子どもの様子を見て、あたえる食べ物や食べさせ方に注意しましょう。具体的には、誤って気管支に入りやすいピーナッツなどの豆類は3歳頃までは食べさせない。急停車する可能性のある車やゆれる飛行機の中では食べさせないことなどです。

「ベビー用のおやつ」は、表示されている月齢のみを参考にするのではなく、子どもの様子を見て食べさせる。食べさせる前に、子どもにとって本当に必要なのか考える。商品に表示されている注意にしたがって食べさせる。

- あおむけに寝た状態や、歩きながら、遊びながら、ものを食べさせない。
- 食べ物を口に入れたままの会話、テレビを見ながらの食事はさせない。
- 小さな食べ物を放りあげて口で受けるような食べ方をさせない。
- 食事中に乳幼児をびっくりさせるようなことはしない。
- 乳幼児に食べることを無理強いしない。
- 年長の子どもの乳幼児に危険な食べ物を与えることがあるので注意する。

重要なことは、

- 食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。
- 食事の際は、なるべく大人がそばにいて注意して見ている。

万が一、つまった時のために応急手当を覚えておきましょう 119番通報をすると同時にただちに以下の方法でつまった物の除去を試みます。

～ 赤ちゃんの場合 ～

片手で、赤ちゃんの背面から赤ちゃんのアゴをささえながら、赤ちゃんの頭が前方斜め下方の位置になるように抱え、もう一方の手で赤ちゃんの背中(肩甲骨の間)を平手で数回たたく。



～ 幼児の場合 ～

幼児の背面に回り、幼児のわきの下から両手を入れ、抱え込むように幼児の腹部の前で手を組む。この位置から幼児の腹部を上に向かって圧迫する。(赤ちゃんはこの方法は行ってはならない。)



(参考:食品安全委員会)