平成 24 年６月 27 日

食べ物による窒息事故にご注意ください！

不慮の事故による死亡者数は、減少傾向の「交通事故」に代わり、「窒息事故」が平成 18 年以降、最も多くなっています（表１「不慮の事故の種類別死亡数の推移」参照）。

この「窒息事故」のうち、約半数を占め最も多いものが、食べ物が誤って気管内に入る事故です（表２「気道閉塞を生じた食物の誤えんによる死亡数の推移」参照）。

こうした食べ物による窒息事故の死亡者は、高齢者が大半を占めますが、乳幼児も毎年20人以上が亡くなっています。食べ物での窒息事故を起こさないよう予防と応急手当の方法を知っておくことが大切です。

＜食べ物による窒息事故を予防するために＞

特に、お子様、高齢の方＊、えん下障害＊＊のある方は注意が必要です。まわりの方は次のようなことに配慮してください。

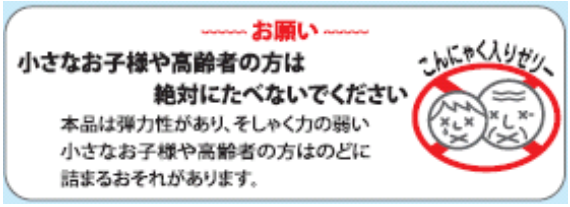
＊　高齢者の事故のうち「ものがつまる・ものが入る」事故は、ご飯、もち、肉、野菜・果物、パン、菓子、惣菜、寿司など、さまざまな食べ物により起きている。（東京消防庁「高齢者の事故を防ぐために」平成 23 年９月 15 日）

＊＊　水分や食べ物を口から食道・胃へと送り込む機能の障害。

- **食品を食べやすい大きさに切る。一口の量は無理なく食べられる量に。**
- **急いでのみ込まず、ゆっくりとよく噛み砕いてからのみ込む。**
- **食事の際は、お茶や水などを飲んでのどを湿らせる。**
- **食べ物を口に入れたまま、喋ったりしない。**
- **食事中に、驚かせるような行動をしない。**
- **食事中は遊ばない、歩きまわらない、寝ころばない。**
- **乳幼児の食品に表示されている月齢などは目安であり、食べる機能の発達には個人差があることも考慮して食品を選ぶ。**
- **ピーナッツなどの豆類は、誤って気管に入りやすいため、３歳頃までは食べさせない。**
- **介護を要する方などは、粥などの流動食に近い食べ物でものどに詰まることがあるため、食事の際、目を離さない。**

さらに、従来から販売されている一口サイズのカップ入りこんにゃく入りゼリーは、窒息の危険性があるため、小さなお子様や高齢の方は食べることのないよう注意してください。また、食事に介護が必要な方も、注意をお願いします。

なお、これらの製品には、次の統一的な警告マークや注意書きが表示されていますので、充分に確認してください。



万一、窒息事故が起きてしまった場合の応急手当は別紙のとおりです。あわせてご活用ください。

表１　不慮の事故の種類別死亡数の推移

（単位：人）

年　次	総数	交通事故	転倒・転落	溺死	窒息	火災	中毒	その他
平成　13　年	39 496	12 378	6 409	5 802	8 164	1 495	647	4 601
14　年	38 643	11 743	6 328	5 736	8 313	1 438	617	4 468
15　年	38 714	10 913	6 722	5 716	8 570	1 498	814	4 481
16　年	38 193	10 551	6 412	5 584	8 645	1 396	759	4 846
17　年	39 863	10 028	6 702	6 222	9 319	1 593	891	5 108
18　年	38 270	9 048	6 601	6 038	9 187	1 509	873	5 014
19　年	37 966	8 268	6 951	5 966	9 142	1 455	855	5 329
20　年	38 153	7 499	7 170	6 464	9 419	1 452	895	5 254
21　年	37 756	7 309	7 312	6 435	9 401	1 364	978	4 957
22　年	40 583	7 144	7 063	6 938	9 727	1 371	832	7 508

資料:厚生労働省「人口動態調査(確定数)」

表２　気道閉塞を生じた食物の誤えんによる死亡数の推移

（単位：人）

年　次	総数	0歳	1～4歳	5～9歳	10～14歳	15～29歳	30～44歳	45～64歳	65～79歳	80歳～	不詳
平成 13 年	4 223	26	8	－	2	18	58	621	1 454	2 035	1
14 年	4 187	27	11	3	2	23	60	525	1 406	2 129	1
15 年	4 207	16	14	2	4	16	64	504	1 434	2 153	－
16 年	4 206	18	15	2	3	17	57	526	1 424	2 144	－
17 年	4 485	24	7	3	6	19	63	566	1 467	2 329	1
18 年	4 407	18	16	2	1	8	80	553	1 371	2 358	－
19 年	4 372	13	12	8	1	11	69	465	1 344	2 449	－
20 年	4 727	19	11	1	2	10	66	535	1 418	2 664	1
21 年	4 679	15	7	2	1	8	56	532	1 370	2 687	1
22 年	4 869	16	9	1	－	12	56	525	1 423	2 826	1

資料:厚生労働省「人口動態調査(確定数)」

本件に関する問合せ先
消費者庁消費者安全課　滝
TEL：03(3507)9201（直通）
FAX：03(3507)9290
ＨＰ：http://www.caa.go.jp/

別紙

応急手当の方法

（［改訂４版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに］より引用）

傷病者に「喉が詰まったの？」と尋ね、声が出せず、うなずくようであれば窒息と判断し、ただちに行動しなければなりません。

- 119 番通報するよう誰かに頼むとともに、ただちに以下の二つの方法を数回ずつ繰り返し、異物が取れるか、傷病者の反応がなくなるまで異物の除去を試みます。
- 傷病者が咳をすることが可能であれば、できるだけ咳を続けさせます。咳ができれば、それが異物の除去にもっとも効果的です。

① 腹部突き上げ法

- 傷病者を後ろから抱えるように腕を回します。
- 片手で握りこぶしを作り、その親指側を傷病者のへそより上で、みぞおちの十分下方に当てます。
- その手をもう一方の手で包むように握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。

腹部突き上げ法

② 背部叩打法（はいぶこうだほう）

- 背中をたたきやすいように傷病者の横に回ります。
- 手の付け根で肩胛骨（けんこうこつ）の間を力強く、何度も連続してたたきます。

背部叩打法

ポイント

- 妊婦や乳児に対しては、①の腹部突き上げ法は行ってはいけません。②の背部叩打法のみを行います。
- 横になっている傷病者が自力で起き上がれない場合は、②の背部叩打法を行います。
- 腹部突き上げ法と背部叩打法の両方が実施可能な状況で、どちらか一方を行っても効果のない場合は、もう一方を試みます。
- 腹部突き上げ法を行った場合は、腹部の内臓をいためている可能性があるので、実施したことを到着した救急隊に伝えてください。また、119 番通報前に異物が取れた場合も、医師の診断を受けてください。