

食べ物での窒息事故に注意して！ 食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで、食べよう。

詳しくは http://www.fsc.go.jp/sonota/yobou_syoku_jiko2005.pdf

食べ物をのどなどにつまらせて窒息死する人が、毎年4,000人※以上もいることを、知っていましたか？
体をつくるための食べ物で、悲しい事故を起こさないよう、小さな子やお年寄りに限らずみんな食べる時には気をつけましょう！

※厚生労働省人口動態調査による

●小さな子は、ここに注意！

赤ちゃんや小さな子は、歯がはえそろってなくて食べ物をよくかめないとか、食べる時に遊んだり泣いたりするため事故が多いものです。あおむけに寝た状態や、歩きながらとか遊びながら、物を食べさせないようにしましょう。
また、ピーナッツやこんにゃく入りゼリーには特に気をつけましょう。

ピーナッツなどの豆類は3歳までは食べさせない！
こんにゃく入りゼリーも与えない。



●とくに窒息事故が起きやすい食べ物です！ (平成18年～19年、東京消防庁管内の救急事故発生状況より)

ごはん・すし / 377件

もち / 241件

野菜・くだもの / 200件

肉・肉加工品 / 176件

アメ類 / 175件

パン類 / 135件

※東京消防庁ホームページより抜粋

●いろいろな食べ物で窒息事故は起きる！

食べ物をかんで飲みこむ力が弱くなっているお年寄りでは、ごはんやパン、もちなどの「ねばり気」のある食べ物での窒息が多くなっています。お茶などの水分をとりながら食べることもだいじです。



食事の時は、なるべく誰かがそばで注意して見ていることがだいじ！



こんなことにも気をつけよう！

- 急停車するおそれのある車や、ゆれる乗り物の中では食べない。
- 食べ物を口に入れたまま、おしゃべりをしない。
- 食べ物をほうりあげて、口で受ける食べ方はしない。



食べ物がつまった時の応急手当です！ 119番通報も誰かに頼みます。

■乳幼児の場合

- 1) 乳児は片腕にうつぶせに乗せて、顔をささえます(図1)。少し大きい子は立て膝をして、太ももが子のみぞおちを圧迫するよううつぶせにします(図2)。
- 2) どちらの場合も頭を低くして、腹部臓器を傷つけないよう、力を加減しながら、背中の中のまん中を平手で何度も連続して叩きます。

図1・乳児の場合



図2・少し大きい子の場合



■おとなや年長児の場合

- 1) 後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方へ圧迫します(図3)。
- 2) 重すぎて持ち上げきれない時などは、横向きに寝かせて、または座らせて前かがみにして、背中を叩きます。
- 3) 特に高齢者の場合は、食べ物が口の中にとまっているのが見えれば、まず、ハンカチやガーゼなどを巻いた指で、口から、きれいに掻きだします。

図3・おとなや年長児の場合

