子どもの気道異物事故を予防しよう！

気道異物事故とは・・

息の通り道に食べ物などが詰まってしまう事故のこと。**5歳以下**の子どもに多く、ほとんどが**食べ物**による事故です。のどで詰まるとすぐに息ができなくなり、窒息死につながります。気管へ吸い込むと全身麻酔の手術で取り出す必要があります。

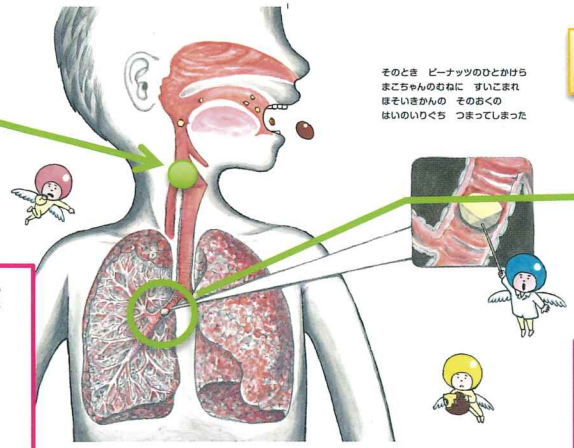
のどに詰まる事故（窒息）

こんな食べ物が詰まりやすい！

硬くてツルッと丸いもの　モチモチして噛みにくいもの　モソモソ飲み込みにくいもの

対策

・菓子類：あめ玉、グミ、こんにゃくゼリーなど**詰まりやすい特徴のあるものは与えない！**
・肉・魚：噛んで飲み込みやすいよう、小さくやわらかく
・果物：**ブドウやミニトマトは4分の1にカット！**
・パン・ごはん：少量ずつ与える　丸呑みさせない
・餅・団子など：できれば与えない　与える場合は小さくやわらかく



気道異物予防のための絵本「つぶっこちゃん」より

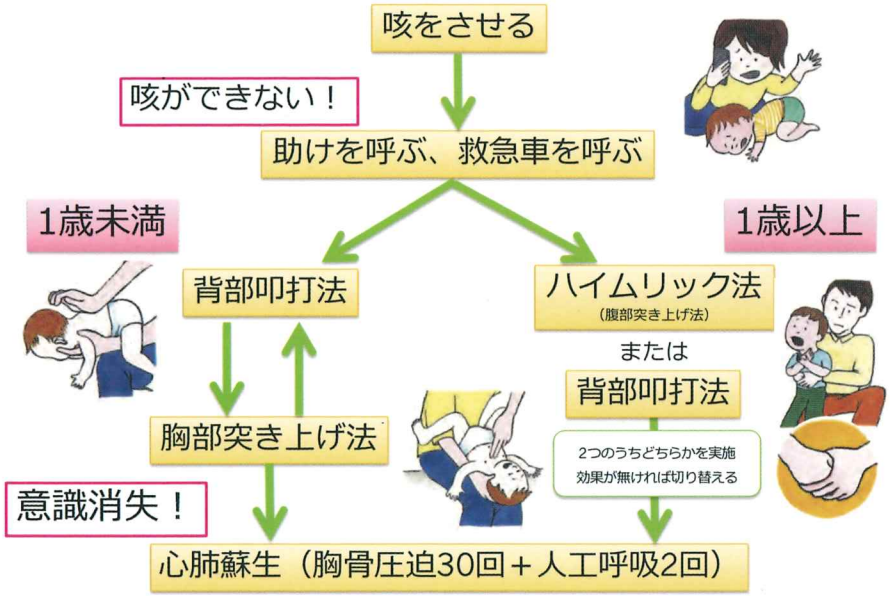
気管に誤って吸い込む事故（誤嚥）

ピーナッツなどの硬い豆類は、噛んでいる途中の「かけら」を吸い込んでしまう事故が起こります。

対策

しっかり噛み砕き、飲み込むことができる
小学生になるまでは豆やナッツ類は与えない！
万が一気管に吸い込むと、咳込んだりゼーゼーいうなどの症状が出ます。
怪しいと思ったらすぐに医療機関へ！
「豆を食べたかもしれない」と伝えましょう。

もしも食べ物が詰まったら！



参照：BLSプロバイダーマニュアル　AHAガイドライン2015準拠、日本赤十字社HP「気道異物の除去」「心肺蘇生」
厚生労働省救急蘇生法の指針2015

食べさせるときの注意

・食べながら**歩く、走る、笑う、泣く**・・は危険！座って食べる
・**丸呑み、早食い、詰め込み食べ**は危険！一口ずつ　ゆっくりと
・子どもが食べている時は必ず**大人が見守る**！危ない食べ方をしてないか、いつも気にしてあげてください

息の通り道が詰まって息が出来なくなると、約5分 で命を失います。
救急車を呼んで到着するまでには 平均8分 かかります。
助けられるのは目の前のあなただけ。
日頃から事故予防を意識しつつ、対処法を心得ましょう。

Twitter

TUBUKKONOKAI

気道異物に関する情報は
気道異物啓発チーム「つぶっこの会」の
Twitter、Instagramでチェック！

作成：三重耳鼻咽喉科　院長　坂井田麻祐子
気道異物啓発チーム「つぶっこの会」
参照：消費者庁News Release R3.1.20
2021.4改訂