



### 窒息や誤飲事故を予防しよう

乳幼児の不慮の事故の中でも多い窒息や誤飲。実は赤ちゃんだけでなく、小学生以上でも窒息の死亡例が報告されています。事故の予防として何ができるのでしょうか？

#### 喉につまりやすいもの

パン、米、麺類、団子、もち

9カ月～5歳までのこどもの実態調査では、どの年齢においても主食が誤嚥しやすいことが分かりました。



蒟蒻ゼリー、ミニトマト、ブドウ、バナナ、うずら卵、豆、飴玉

主食に加えて上記が窒息の原因となりました。



硬貨、スーパーボールなどの玩具

噛まずに丸のみしたり、口に詰め込みすぎたりするとキケン！！

粘っこく噛み切りにくいもの、丸くてツルっとしているものは、そのまま飲み込もうとしてしまいやすい。

#### 誤飲すると危険なもの

ボタン電池、磁石

電池を飲み込むと消化管に穴があいたり、潰瘍になる。磁石は体の中でくっつき、消化管が壊死したり穴があく。気付いたらすぐに医療機関を受診してください！



医薬品、タバコ、灯油、マニキュア、農薬、漂白剤、画びょう

飲み込んだものによって、対処法が違います！判断に迷ったら、すぐに**大阪中毒110番(072-727-2499)**か、医療機関へ相談！

#### どうやって予防する？

○早食い、丸飲みをしないよう教える

○乳幼児期は、食材の形や大きさに配慮する

- ・ミニトマトやブドウ、うずら卵などは4/1にカットする
- ・豆や餅、飴玉は5歳以下には食べさせないようにする

○乳幼児期は手づかみ食べをすすめる

- ・「手でつかんで口に運び、口を閉じてよく噛む」ことを教える

○ボタン電池や磁石が含まれる玩具の点検をする

○危険なものは子どもの手の届かないところに保管

- ・保護者だけでなく家族で保管場所を話し合っておこう

○マスクをしている時は特に注意する

- ・マスクをしていると誤飲や誤嚥に気が付きにくいです。発達に合わない場合はマスクを強制してはいけません



#### 「お口ポカーン」に注意

普段口がポカーンと開いたままになりやすい子は、咀嚼や嚥下の機能がうまく発達していないことがあります。以下のことを生活に取り入れてみましょう！

- ・アレルギーなどで鼻づまりがある場合は治療する
- ・意識して唇を尖らせる
- ・吹き戻しやラッパを吹く
- ・ゴム風船を膨らませる
- ・2～3歳からはブクブクうがい教える

