

## ■窒息死亡者は毎年約 4000 人

今日、お話しする中で知っていただきたい第一は、窒息死亡者のことです。2010 年 3 月 5 日の朝日新聞の記事には、食べ物を詰まらせる“窒息”が、不慮の事故による死の原因のトップであると書かれています。窒息で亡くなる方が非常に多いということです。

コンニャク入りゼリーで小さい子が喉を詰まらせる、同じような事件は日本だけではなくて中国やアメリカでも起きています。ヨーロッパの国によってはそのような食品を禁じている国もあります。他の国で死者が出ているような危険なものを自分の国に入れれないという考え方ですね。ただし、日本でどういう食品を喉に詰まらせて亡くなる方が多いかというと、コンニャク入りゼリーが一位というわけではありません。餅を喉に詰まらせて亡くなる方の数は決して少なくありません。最近では新聞もこのような事件を取り上げますが、かつてはほとんど取り上げてなかったのではないのでしょうか。

何故小さい子やお年寄りが食べ物を詰まらせやすいのでしょうか。喉には食べ物を気管か食道のどちらに行かせるか決める一種の弁があります。年齢が上がるにつれてその動きが悪くなり、むせたりするようになるのです。小さい子の場合は、その動きが未熟ということです。ですから、食べ物の固まりが気管の方に入ってしまうと非常に苦しい思いをして、最悪の場合は息が止まってしまうということになるわけです。

人と猿の喉の構造を比較すると、チンパンジーなどの野生動物は、よく噛んでこなし飲み込む必要があるということで、強い筋肉があります。ところが人間は、調理や加工もしていますから、噛むことを少々手抜きしても飲み込んで消化することができます。そのため咀嚼の筋肉が弱くなってきました。そのお陰で頭の中の脳の入る部分が、動物は筋肉に抑えつけられています。人間は筋肉が減った分、拡大の余地があり大きくなったという説もあります。また、当然のことながら喉の構造もチンパンジーと人間とは違い、猿は誤えんが起こりにくい構造なのです。人間は声を出すのに有利な喉の構造になっている反面、誤えんを起こしやすいそうです。若い頃は喉にある弁で十分に調整できたのが、年と共に時々調整しにくくなると言えます。

不慮の窒息の変遷（図 6）を見ると、窒息で亡くなる原因は食べ物だけではなく。ただし、気道閉塞を生じた食物の誤えんの数は増えてい

1 乳幼児、高齢者などでは食べ物による窒息がおきやすい

- 乳幼児、高齢者などでは、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必要があります。気道が3～6分間閉塞されると死亡することもあります。乳幼児で窒息が起こりやすいのは、臼歯がなく食べ物を噛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。また、高齢者では摂食・嚥下（食べ物を口から食道を経て胃に送る）機能が低下しているため、ご飯やパンなど粘りのある食べ物など咀嚼（噛み砕くこと）しにくく大きな塊のまま喉に入って窒息に至ることもあります。乳幼児で窒息を起こす原因になった食べ物としては、ナッツ類、丸いあめ、ブドウ、フチトマト、もち、ちくわ、たくあん、こんにやく入りゼリー、生のにんじん、棒状のセロリ、リンゴ、ソーセージ、肉片、こんにやく、ポップコーン、おせんべいなどが報告されています。
- 厚生労働省の統計によれば、食べ物による窒息の死者数は、最近では毎年4千名を超えています。

[http://www.fsc.go.jp/sonota/yobou\\_syoku\\_iko2005.pdf](http://www.fsc.go.jp/sonota/yobou_syoku_iko2005.pdf) 食品安全委員会




図 4

3 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




図1 背部叩打法（乳児）

図2 背部叩打法変法（少し大きい子）

乳幼児では、口の中に指を入れずに、乳児は片腕にうつぶせに乗せ顔を支えて（図1）、また、少し大きい子は立て膝で太ももがつぶせにした子のみぞおちを圧迫するようにして（図2）、どちらもまん中を平手で何度も連続して叩きます。なお、腹部臓器を傷つけないよう力を加減します。

[http://www.fsc.go.jp/sonota/yobou\\_syoku\\_iko2005.pdf](http://www.fsc.go.jp/sonota/yobou_syoku_iko2005.pdf) 食品安全委員会

図 5

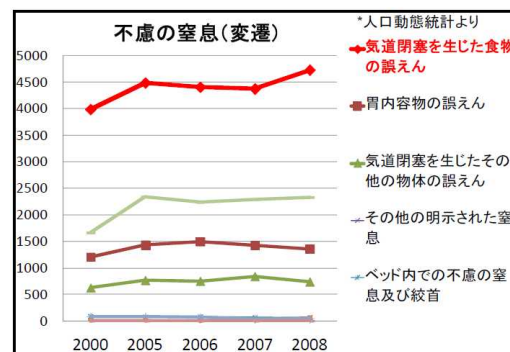


図 6

ます。気道閉塞を生じた食物の誤えんの年齢別の人数（図7）を見ると、小さい子の事故というのももちろんあります。ただし若い人の問題はほとんど起きていません。ところが40代あたりから年齢と共に人数が増えていきます。しかも男の人の方が多。男の人と女の人では喉の構造が違い、男の人の方が危ないそうです。80代後半くらいになると女の人の方が増えていますが、その年代では女性の人口構成が高くなるため、一般的に言えば男の人の方が注意した方がいいということになると思います。一方、交通事故死のグラフ（図8）を見ていただきますと、日本では対策がうまくいって、交通事故死を確実に減らしてきています。1995年、今から十数年前は15000人くらいの方が亡くなっていたのが、最近だと7000人という数字になっています。これは法律を厳しくしたり、社会的にいろいろな取り組みがあったからだと考えられますが、残念ながら誤えんの方は一向に減るというような兆しは見えません。これから対策を講じず推移することになれば、数字は深刻なものになると考えられます。

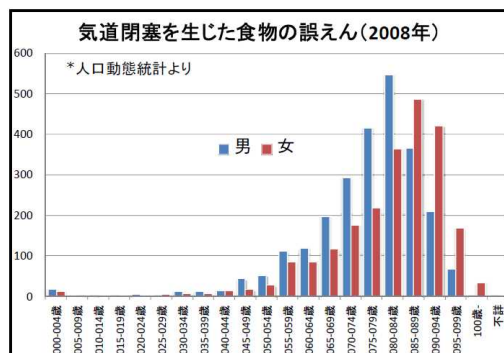


図7

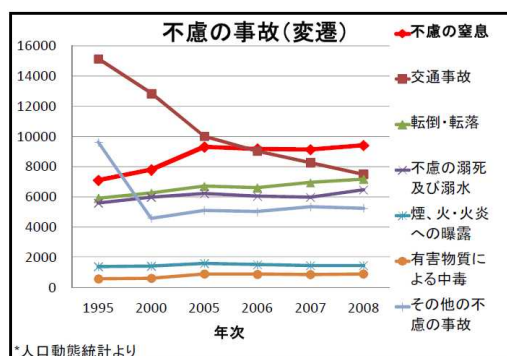


図8