病児保育室とう太通信

vol.8

まだまだ暑い日が続きますが、子ども達は元気に過ごしているでしょうか。
涼しい室内で遊ぶことも多いのではないかと思います。外で遊ぶ時はもちろんケガや交通事故などが起こらないように子ども達を見守っていると思いますが、室内でも子どもの事故には気を付けないといけません。
そこで今回は『**子どもによくある事故**』について詳しくお伝えします。
子ども達の周りの環境を見直す機会になれば幸いです。

家の中で最も多い事故　誤飲・誤嚥～大人のうっかりが窒息の原因に!?～

誤飲（ごいん）とは?

異物を飲み込んでしまうことを「誤飲」と言います。特に年齢の低い子どもは、異物かどうか理解できないため誤飲の事故が増えます。約4割は誤飲現場を目撃されていないという報告もあり「**さっきまであったはずのものがない**」場合、誤飲を疑うことが事故を見逃さないためにも大切です。たばこや医療品、洗剤など成分が体内で吸収されるものは中毒症状がでることもあります。

鼻や耳の穴に自分で異物を詰めてしまうことも!
〈アイロンビーズ、どんぐり、ティッシュなどなど…〉
自分で取り出せない場合は、病院で取り出す処置が必要になることがあります。

誤嚥（ごえん）とは?

食べ物や異物が気道に入ってしまう事を「誤嚥」といいます。特に3歳以下では奥歯が生えそろっておらず、食べ物をうまくかみ砕けないことで誤嚥することがあります。気道に異物が詰まり、呼吸できない状態になると「窒息」してしまうため異物を吐き出させるような対処が必要です。

小さな紙やプラスチック、ビニールの破片などは飲み込んでも便になって排出される可能性が高いです。ただし、大きなビニールや紙、葉物野菜などがのどに張り付いてしまうと窒息の危険があります!
子どもの様子がいつもと違ったり、心配なことがあればかかりつけ医に相談しましょう。

誤飲・誤嚥の事故を防ぐ為のポイント

☐ **直径39mm未満のものは飲み込んでしまう可能性があることを知っておく**

*トイレットペーパーの芯の直径が約39mmなので 5 センチ程度に切って目安にしてみましょう。
隠れるものは、飲み込んだり、窒息する危険があります。

原寸サイズ 大きさチェック
4cm（40mm）
この上に置いて内側にあるものは誤飲・誤嚥する危険があります。

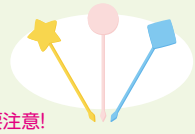
☐ **小さな生活用品は子どもが手の届かない高さに（目安は1m以上）**

*子どもの身長に合わせて手が届かないよう工夫しましょう。

1 台の高さ ＋ 2 手が届く範囲 ＝ 1歳……90cm / 2歳……110cm / 3歳……120cm

☐ **低い扉や引き出しにはストッパーを付ける**

☐ **小さなおもちゃは4歳から（ビーズ、小さなレゴ、ラキューなど）**

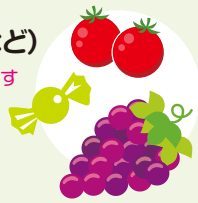


*きょうだい（年齢差のあるこども同士）で遊ぶ場合は要注意!
*お弁当に入れるピックも気を付けて!

☐ **ピーナッツなどの豆類も4歳から（子どもの前でも食べないようにしましょう）**

☐ **大きな食品は小さく刻んで与える（皮つき野菜・果物、葉物野菜、海藻類など）**

*特に丸くてツルツルした食品はのどに入りやすいです（飴玉、グミ、餅、豆類、プチトマト、ブドウなど）。
プチトマトやブドウなどは皮つきでそのまま与えず、半分に切る・皮をむくなどして与えましょう。



☐ **異物を口に入れているのを発見した時は大声で注意しない**

*異物を口にいれているのを発見した時は、発見者が大声を出して慌てたり叱ったりすると、子どもがビックリしたり泣きだして飲み込んでしまうことがあります。
慌てずやさしく口から出させてください。

裏面で誤飲・誤嚥の原因を年齢別に見てみましょう。
また、応急処置についても知っておくことが大切です。

裏面に続きます

誤飲・誤嚥の原因になるものは？

子どもが誤飲・誤嚥してしまうものは、意外と身近にあるものばかりです。どういったものがあるのか見てみましょう。

年齢別の窒息や誤飲の原因 TOP5（平成30年中）東京消防庁HPより

	1位	2位	3位	4位	5位
0歳	包み・袋❶	たばこ	玩具	食品	電池❷
1歳	たばこ❸	薬剤など	玩具	電池	洗剤など❹
2歳	玩具	薬剤など❺	ビー玉類	魚などの骨	食品・菓子
3〜5歳	アメ玉類	玩具	ビー玉類	魚などの骨	硬貨❻

❶生後6ヶ月を過ぎると、つかんだものをなんでも口に入れるようになります。子どもの手の届く場所は整理整頓するよう心がけましょう。
❷特にボタン電池は小さく丸いため0〜1歳児でも簡単に飲み込んでしまいます。電池類は危険だと意識しておきましょう。
❸0〜1歳児ではたばこ誤飲が多いです。電子タバコの吸い殻も危険です。禁煙を心がけましょう。
❹ジェルボール洗剤や消臭ビーズなどを食品と間違えて食べてしまう可能性があります。
❺大人の薬を飲んでしまうと、少量でも予期せぬ副作用が起こる可能性があります。また、薬のシートや袋を飲み込んでしまうとのどを傷つけたり張り付いたりして、ケガや窒息の原因になります。
❻年齢が大きくなると、おもちゃなどを誤って飲み込んでしまっても「怒られる」と思って言い出せないケースがあるようです。もしもの時は叱らず慌てず対応しましょう。

応急処置を知っておきましょう!!

もしもの時、冷静に対応できるように応急処置の方法を知っておくことも大切です。

のどに物を詰まらせていそうな呼吸・様子 → **苦しがっている時は背中を叩くなどしてとにかく吐かせる**

下記を飲んだ場合も救急車を呼んで受診しましょう!!
灯油、殺虫剤、除光液、ベンジン
農薬、ネズミ駆除剤

困った時は中毒110番!（24時間対応）

◎大阪中毒110番…TEL.072-727-2499
◎タバコ専用電話…TEL.072-726-9922
※夜間であれば小児救急電話相談『＃8000』でも相談できます

部屋の環境づくりによって予防可能な事故

どのようにして事故が起こるのかを想定し、子どもの成長発達に合わせた生活環境を整えましょう。子どもの「できること」が増えてくると、ひとりで行動できる範囲が広がります。日頃から子どもの動きを観察して安全に過ごせるようにしましょう。

頭をぶつける事故（頭部打撲）

転倒や転落によって頭をぶつけてしまうことがあります。頭部に傷がなく、意識がいつも通りで問題なければ慌てて病院を受診する必要はありません。打ったところを冷やすなどして様子を見ましょう（頭部に傷がある、意識がおかしいなど、子どもの様子で心配なことがあれば受診しましょう）。ただし、受傷後48時間程度は子どもの様子に変化がないか注意しておきましょう。

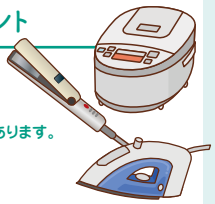
頭部打撲の事故を防ぐ為のポイント

- □ ハイハイやつかまり立ちを始めたら、階段や高い玄関にはガード柵を付ける
- □ 室内でフローリングなどの固い床には、カーペットやジョイントマットを敷いておく
- □ 家具の角に保護カバーを付けるなどして鋭利な部分にぶつからないようにする
- □ ベランダなど危険なところにつながるドアや窓は必ず施錠したり、ストッパーをつけておく
- □ 自動車に乗せる時は必ずジュニアシート、チャイルドシートを装着し、後部座席に乗せるようにする
- □ 自転車、三輪車、キックボードなどに乗る時は、必ずヘルメットを着用するよう習慣づける

やけどの事故

子どもは皮膚が薄いため、低い温度でも短時間でやけどしてしまうことがあります。やけどしてしまったら、服の上からでも良いのですぐに5〜10分程度流水などで冷やしましょう（耳や目の付近は冷たいタオルを当てましょう）。水ぶくれができたり、やけどの部分がジュクジュクする場合は、すぐに皮膚科や外科を受診しましょう。

やけどの事故を防ぐポイント



- □ 子どもの手の届くところに炊飯器などの湯気の出る家電やアイロンを置かない
  ＊ヘアアイロンも要注意! コードを引っ張ってしまうこともあります。
- □ ストーブやヒーターを使用する時は、近づきすぎないように安全柵で囲う
- □ ホットカーペットやこたつ、湯たんぽなどに長時間当てない
  ＊低温やけどする可能性があります。
- □ 電気ポットや熱い飲み物の置き場所に注意する
  ＊高い机の上に置いていても、テーブルクロスや電気コードを引っ張って熱いものをこぼしてしまうこともあります。机にテーブルクロスを敷かないようにしたり、電気ポットは引っ張るとコードが簡単に外れたり、倒れても中身がこぼれにくい製品を選ぶようにしましょう。
- □ フライパンや鍋の持ち手は奥に向けておく
  ＊持ち手が手前に出ていると、子どもがお手伝いしようとして触ってしまいひっくり返すことがあります。子どもから見えない位置に向けておきましょう。

ここもチェック! ●「教えて!ドクター」のホームページ https://oshiete-dr.net/ ★無料アプリはApp Store/Google Playから「教えてドクター」で検索

病児保育室とう太 併設 うえだこどもクリニック UEDA CHILDREN'S CLINIC

〒520-2331 野洲市小篠原869番地1 077-596-3751

↑web予約受付はコチラから