

お餅による窒息事故に注意！年末年始に多く発生しています！

お餅による窒息事故は、食べる機会が増える 12 月から 1 月にかけて多くなります。東京消防庁管内では、平成 26 年から平成 30 年までの 5 年間に、500 人近くの方がお餅（団子等も含みます）を喉に詰まらせて救急搬送されています。そのうち、約 9 割が 65 歳以上の高齢者であるとともに、乳幼児でも窒息事故は起きています。窒息は対応を間違ると死に至る事故にもなります。年末年始を迎えるにあたり、事故防止のポイントや応急手当の方法を確認しておきましょう。



事故、ヒヤリ・ハット事例

- 正月に母親と食事をしていたとき、雑煮の餅が喉に詰まり、むせ、せきがしばらく止まらなかった。（70 歳代、ヒヤリ・ハット経験）
- 自宅のベッドで小さく切った餅を食べていたところ喉に詰まり、その後意識がなくなった。（90 歳代、救急搬送事例（重篤））
- もうすぐ 3 歳の子が正月、餅（小さく切ってあったけど溶けて繋がってしまっていた）を食べて喉につまらせた。もがいたけど、すぐに吐いたので大丈夫だった。（3 歳、ヒヤリ・ハット経験）

※上記事例 1 番目及び 3 番目は、東京暮らし WEB「年末年始の生活に潜むヒヤリ・ハット調査」を参照
※上記事例 2 番目は、東京消防庁「救急搬送データからみる日常生活の事故（平成 30 年）」を参照

事故を防ぐポイント

- 食べる前に、お茶や汁物を飲んで喉を潤しておきましょう。
- お餅は小さく切るなど、食べやすい大きさにしましょう。
- 急いで飲み込まず、ゆっくりと嚙んでから飲み込みましょう。
- 食事中は歩きまわらない、横にならないようにしましょう。
- 一人で食事をする場合は、特に注意しましょう。高齢者や乳幼児と一緒に食事をする際は、適時食事の様子を見るなど注意を払いましょう。
- いざという時に備え、応急手当の方法をよく理解しておきましょう。

◎参考

- ① 《年末年始の生活に潜むヒヤリ・ハット調査》東京暮らし WEB（平成 24 年 12 月 4 日）
<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/azen/hiyarihat/nenmatsu.html>
- ② 《年末・年始の救急事故をなくそう 餅による窒息事故に注意》（広報テーマ 2019 年 12 月号）東京消防庁
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/camp/2019/201912/camp1.html#title_02
- ③ 《救急搬送データからみる日常生活の事故（平成 30 年）》東京消防庁
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/topics/201910/nichijoujiko/index.html>
- ④ 《みんなで防ごう高齢者の事故》消費者庁（令和元年 12 月 18 日）
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_009/pdf/consumer_safety_cm_s204_191218_01.pdf

その他の危害危険情報はこちら。



<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/azen/kigai.html>



問合せ先

東京都生活文化局消費生活部生活安全課

電話 03-5388-3082

物を喉に詰まらせた人への応急手当の方法



チョークサインを出しているとき、声を出せないとき、顔色が急に真っ青になったときなどは、食べ物などにより気道が塞がれていることが疑われます。

※チョークサイン…窒息を起こし、呼吸ができなくなったことを他の人に知らせる世界共通のサイン

そのようなときは大きな声で助けを呼び、119番通報とAEDの搬送を依頼し、直ちに気道異物除去を始めます。

呼びかけて反応があれば・・・

- 1 まず咳をすることが可能であれば、できる限り咳をさせます。
- 2 咳もできずに窒息しているときは、背部叩打法（はいぶこうだほう）を行きましょう。

背部叩打法の実手順

- 1 胸もしくは下あごを支えて突き出し、あごを反らせます。
傷病者が倒れている場合は、傷病者を手前に引き起こして横向きに寝かせ、自分の足で傷病者の胸を支えます。片手で傷病者顔を支えます。
- 2 もう片方の手のひらの付け根で、傷病者の肩甲骨と肩甲骨の間を強く4～5回、迅速に叩きます。
- 3 回数にとらわれず、異物が取れるか、反応がなくなるまで続けます。

成人・小児の例



乳児の例



呼びかけに反応がない場合又は、反応がなくなった場合は・・・

ただちに心肺蘇生※を開始してください。

(東京消防庁 広報テーマ2019年12月号 より抜粋)

※心肺蘇生については、東京消防庁の以下のURLからご覧いただけます。

《心肺蘇生等の応急手当》（広報テーマ2019年7月号）東京消防庁

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/camp/2019/201907/camp5.html>