

冬には、

思わぬ危険がいっぱい — その予防と対策 —

冬にはほかの季節と違った危険があります。今回は、この時期に多く発生しやすい事故とウイルスが原因で発症する感染症についてその予防と対策を紹介します。

気道異物による窒息

気道がふさがり呼吸ができなくなることが窒息です。食べ物などが気道に詰まり息ができないことを気道異物による窒息といいます。

平成17年には、食べ物などを詰まらせて窒息死した人は全国で2,699人いました。特に今の時期はモチをのどに詰まらせる事故が発生しています。

窒息状態になると体内の酸素量が欠乏し、二酸化炭素量が過剰になり、脳に重いダメージを与えたり最悪の場合、死に至ることもあります。

モチをのどに詰まらせないためには、幼い子や高齢者などにはできるだけ小さくして、タレなど付けて滑りをよくする工夫が大切です。

また、老人施設では食事にもチなど、のどを詰まらせる可能性の高いものを出すときは細心の注意を払っていると

窒息の発見

適切な対処の第一歩は、周りの人が窒息に気づくことです。苦しそう、顔色が悪い、声が出せない、息ができない状態ならば窒息していると判断し「のどが詰まったの？」と尋ね、声が出せず、うなずくようであれば気道異物の除去をしなければなりません。

強い咳ができるときは、自然に異物が出ることもありませんが、状況が悪化し咳が弱くなったり、咳が出なくなった時は迅速な応急処置が必要です。

窒息状態と判断したら

- 1 まず消防への通報。
- 2 咳をすることが可能であれば、強い咳をさせてください。
- 3 咳ができない窒息状態であれば、意識がある場合の異物除去方法としては腹部突き上げ法と背部叩打法の2種



類がありますが、はじめに腹部突き上げ法を優先。うまく行かない場合に背部叩打法を試みてください。

ただし、妊婦や乳児には、「腹部突き上げ法」は行ってもはいけません。背部叩打のみ行ってください。

これら処置は異物が取れるか意識が無くなるまで続けることです。



両手の組み方



腹部突き上げ法



背部叩打法

「救急蘇生法の指針(市民用・解決編)」より

掃除機の使用は有効?

掃除機の使用については、賛否両論があり、吸引時の事故等の危険性も指摘され、最終手段の方法として考えた方がよいと一般的に言われています。もし使用するときには、救急隊員が来るまで消防署からの電話の指示に従うなど十分な注意が必要です。窒息者の意識がある限られた時間内に適切かつ迅速に処置しなければなりません。異物による窒息にはさまざまな救急法がありますが、異物がのどに詰まるという状況を出る限り避けることが事故を未然に防ぐ最大で有効な対応です。次にノロウイルスについて説明します。

ノロウイルスによる 感染性胃腸炎や食中毒

ノロウイルスは、海水や河川水などに分布し、感染すると急性胃腸炎を引き起こしま

