

# 気をつけよう! のどにつまらせた時の対処法

昭和大学歯学部口腔衛生学講座 教授 弘中 祥司

子どもやお年寄りが起こります。その後、子どもやお年寄りののどに物を詰まらせた場合は命の危険があります。一刻を争います。第一項の規定に基づき、症状が出た際の対処法を、救急隊が来るまでの間に応急処置(消費者安全調査委員会「窒息」)で詰まった物を吐き出すことが重要です。

物が詰まって気道がふさがれる(窒息)と、多くの場合、3〜4分で顔が青紫色になり、5〜6分で呼吸が止まって意識を失います。そして、心臓が止まり、10分で脳に障害のほどを押さえる。口に指を入れる。声を出せない。呼吸が苦しそう。顔色が急に青白くなる。

## 間違えて気管につまらせた時(誤嚥)

- (1) 救急車をすぐに呼ぶ: 顔色が青白い・けいれんする等
  - (2) 急いで受診する: 突然咳き込む・声がかすれている
  - (3) 診療時間内に受診: 特に症状がみられない
- 灯油・ベンジン・農薬・殺虫剤など  
ボタン電池・吸水性樹脂・漂白剤・タバコ・コインなど  
クレヨン・粘土・石鹸など  
(政府広報オンラインより)



ひろなか・しょうじ  
1967年生まれ、山口県出身。北海道大学歯学部出身。昭和大学歯学部口腔衛生学教室教授。

食べ物ではないものを飲み込んでしまった時(誤飲した場合)

症状や飲み込んだ物に対応が必要です。基本的には無理に吐かせることで速やかに医療機関を呼ぶことが必要です。緊急性が高い場合は無理に吐かせることで速やかに医療機関を呼ぶことが必要です。緊急性が高い場合は無理に吐かせることで速やかに医療機関を呼ぶことが必要です。

## のどに物を詰まらせたときの応急処置

背中を叩く(背部叩打法) : 適応は乳児

乳児をうつぶせにの体をのせて、上半身根で、乳児の背中(肩)を、手のひらで乳児の肩甲骨の間をしっかりと叩きます。もう強く叩きます(5回から6回を1セット)。一方の手のひらで乳児の首の後ろを支え、もう一方の手で乳児の胸を強く叩きます(5回から6回を1セット)。

胸部を圧迫する(胸部突き上げ法) : 適応は乳児

乳児をおおむね足側を、もう一方の手で乳児の胸を強く叩きます(5回から6回を1セット)。乳児の胸を強く叩きます(5回から6回を1セット)。乳児の胸を強く叩きます(5回から6回を1セット)。

腹部突き上げ法(ハイムリック法) : 1歳以上の場合

子どもやお年寄りの手をその上に当て、背後から両腕を回し、両手で腹部を上へ突き上げるように圧迫します。これを詰まった物が取れるまで繰り返します。

※緊急事態: 意識がなく呼吸が停止している場合

子どもやお年寄りが人工呼吸による心肺蘇生を始めてください。救急隊が来るまで継続してください。

以上、事故の対処法を記載しました。

特に子どもの場合、普段から食べ慣れないものは、意外と食べるのが難しいものです。小さくして、味わって食べさせてください。



# おだしか健康レポート ODASHIKA HEALTH REPORT

— 34 —

## 小田原歯科医師会

### おくちのけんこう フェスティバルへ ようこそ!

【開催日】  
令和7年6月8日(日)  
【時間】  
午前10時~午後3時  
【会場】  
小田原ダイナシティ  
ウエスト1階キャニオン

お口の健康を楽しく学ぶ一日!

小田原歯科医師会は、地域の皆様の口腔健康向上を目指して、特別なフェスティバルを開催します!お子様から大人まで、どなたでも楽しめる内容が盛りだくさん。ぜひご家族揃ってお越しください!



※昨年のイベントの様子

### EVENT

※予定イベント

### ステージイベント

- ☆〈健口クイズ〉子供から高齢者まで楽しいクイズに挑戦しよう
- ☆〈歯磨き達人になろう〉楽しみながら歯磨きマスターになろう
- その他お楽しみイベント

### フロアイベント

- ☆石こうで手形づくり
- ☆mil-kin(見る菌)でちいさいものを見てみよう
- ☆口腔機能測定
- ☆梅丸(うめまる)くんも来るよ

### お得な特典!

スタンプラリーをして  
お得なグッズを  
プレゼント!

このフェスティバルは「歯と口の健康週間(6月4日~10日)」に合わせて開催されます。皆様のご来場を心よりお待ちしております。

## 小田原市休日急患歯科診療所

TEL. 0465(47)0825

小田原市酒匂2-32-16  
小田原市保健センター1F

【診療日】  
日曜日、祝日、旧盆(8月14日、15日、16日)、  
年末年始(12月29日~1月3日)  
【受付時間】  
午前9時から11時半、午後1時から3時半

## 小田原歯科医師会事務局

TEL. 0465(49)1311

FAX. 0465(49)1551

〒250-0875 小田原市南鴨宮2-27-19

一般社団法人小田原歯科医師会は、小田原市、箱根町、真鶴町、湯河原町の歯科医師会会員で構成されています。ホームページでは、一般社団法人小田原歯科医師会が主催、後援または協力している事業とそれに関する情報やお知らせを紹介しています。

<https://odawara-dent.or.jp/>

小田原歯科医師会 検索

歯と口腔に関わる  
ご相談、往診・歯科訪問診療のご相談は

一般社団法人小田原歯科医師会  
地域支援歯科連携室 まで

TEL/FAX 0465(49)1319

(月~金) 午前9時~正午、午後1時~午後5時