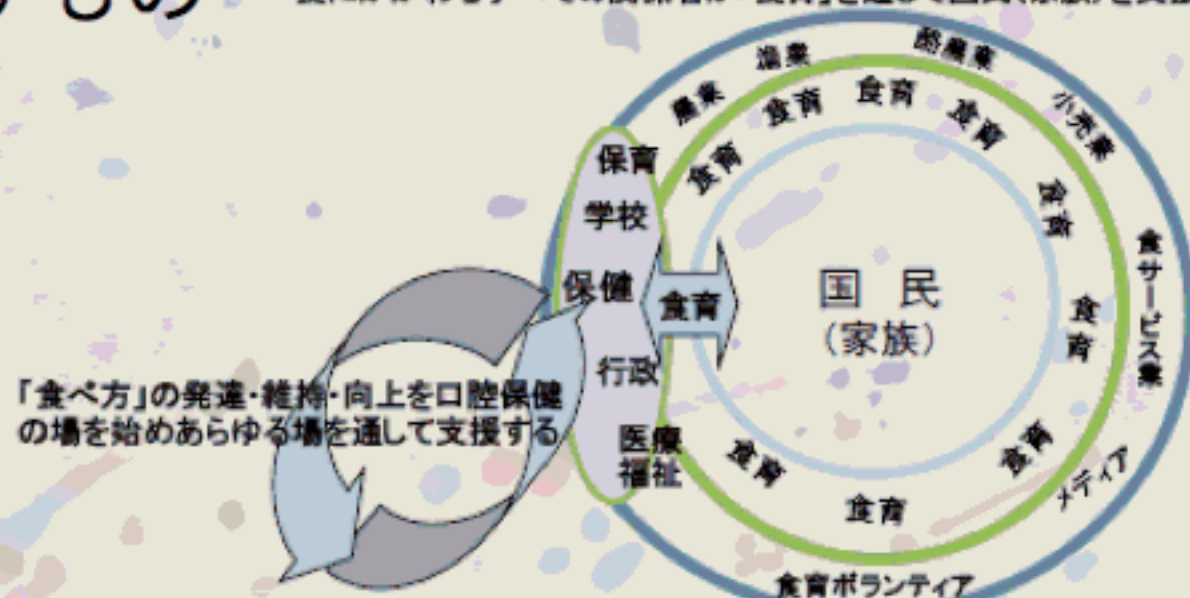


早食いと食品による窒息予防の関 連

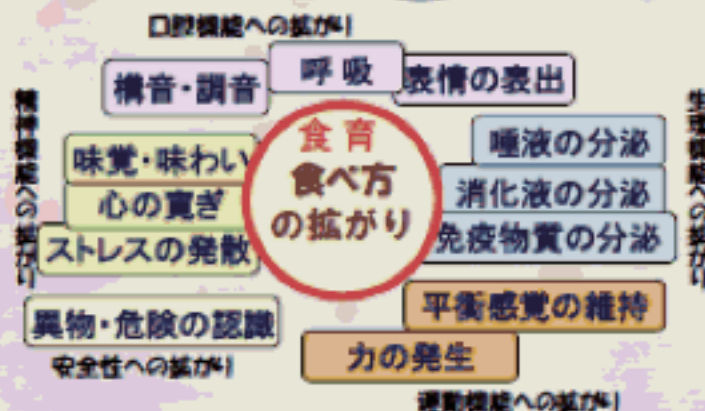
昭和大学歯学部口腔衛生学教室
弘中祥司

嚙ミング30（カミングサンマル）の目指すもの

食にかかわるすべての関係者が「食育」を通じて国民(家族)を支援する



「食べ方」の発達・維持・向上を口腔保健の場を始めあらゆる場を通して支援する



Trans-disciplinary team

食にかかわる多分野の連携
(職領域や支援の場に垣根はなく、
多職種が多様な支援の場でチーム
を組んで支援する。)

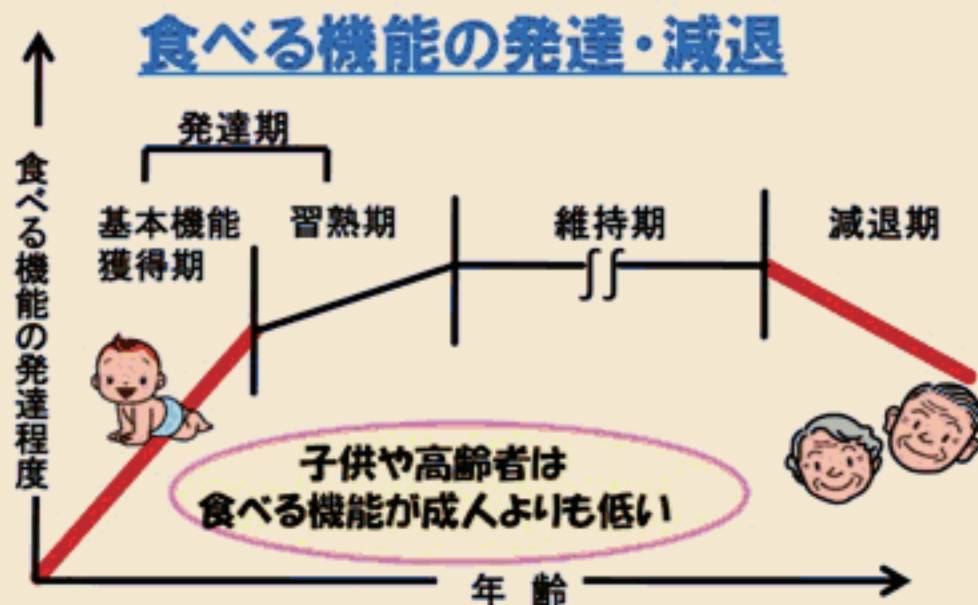
食品による窒息事故に気を付けよう！

・食品による窒息で死亡する人は年間**4000人**以上です！

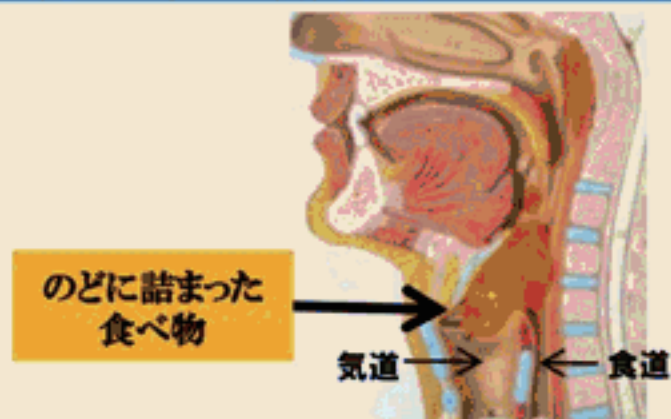
・1日に約**11人**が食品による窒息で命を落としています！

知っていますか！？

(厚生労働省HP:「人口動態統計」より改変)



食べ物のがどに詰まった状態

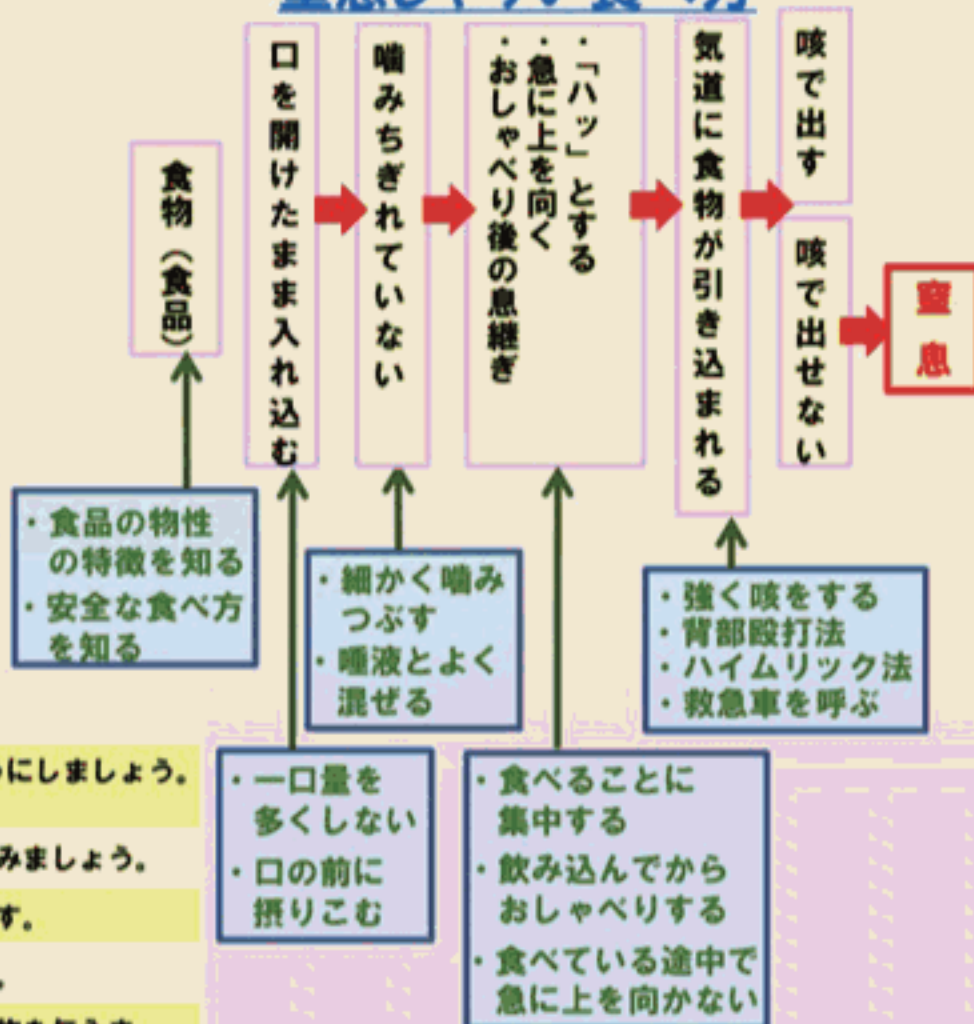


大人の気管の直径は約2cmである
小さい子供は1cm未満である→**小さな食品でも容易に気管をふさいでしまう**

窒息の原因食品



窒息しやすい食べ方



Point

一口の量は無理なく食べられる量にしましょう。

食べ物を一口入れたら、いつもより5回多く噛むようにしましょう。
目標は一口30回噛む事です。

しっかり噛んでだ液とよく混ぜ合わせてから飲み込みましょう。

よく噛んで食べる事は肥満の解消・予防にもなります。

歯のない方は入れ歯をいれてしっかり噛みましょう。

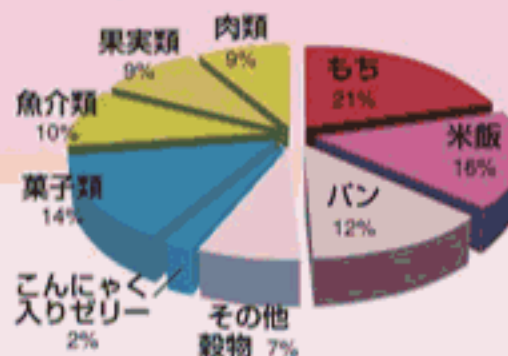
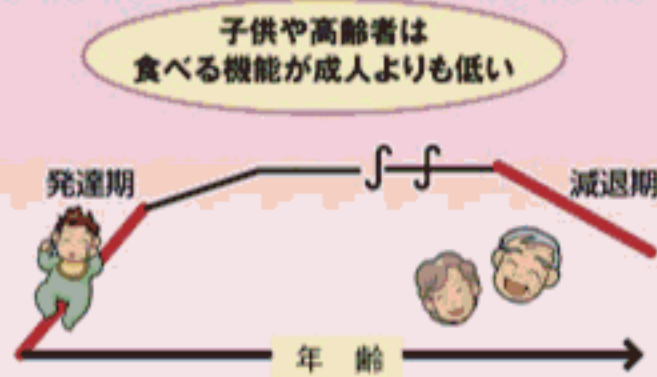
離乳期の乳幼児は口の中の状態や機能に合った食べ物を与えましょう。

しっかり噛んで食べることは、今すぐできる『窒息予防』

(社)日本歯科医師会

食品による窒息事故を防ごう！

窒息の原因食品



平成19年度厚生労働省特別研究
「食品による窒息の現状把握と原因分析」より改変

食べ方を学ぼう



- ・食品の物性の特徴を知る
- ・安全な食べ方を知る



- ・一口量を多くしない
- ・口の奥に押し込まない

ゆっくり



よくかんで

- ・細かく噛みつぶす
- ・唾液とよく混ぜる



- ・食べることに集中する
- ・飲み込んでからおしゃべりする
- ・食べてる途中で急に上を向かない

摂食・嚥下の概念の変遷

これまでは、先行期→準備期→口腔期→咽頭期→食道期の順として、嚥下する直前まで咀嚼するとの考え方が、主であったが、Palmerらの摂食・嚥下のプロセスモデルから、指示嚥下以外にはStagellへの移行が確認されるとの報告から、摂食・嚥下に対する概念が大きく変化した。

→蕎麦やうどんなどは、捕食から咽頭へ早期に流入する

Palmer JB, Hiimeae KM. Eating and breathing: interactions between respiration and feeding on solid food. *Dysphagia*;18(3):169-78. 2003

わが国の窒息の現状

窒息(不慮の事故)は死因の第5位※H19年

※脳血管疾患(3位)、肺炎(4位)

不慮の事故のうち、窒息は9142人(24.1%)
で交通事故8268人(21.8%)を追い越した。

そのうち51.6%は65歳以上である。

H19年度 人口動態統計より

不慮の事故に占める窒息の割合

総 数	0 歳	1～4歳	5～14歳	15～24歳
9,142	96/127	34/177	19/274	31/1,200

階級別割合 **75.6%** **19.2%** 6.9% 2.6%

厚生労働省「人口動態統計」平成19年

「ベビー用おやつ」の安全対策

表1 各消費生活センターへの相談状況

受付年	被害者の 月齢等	商 品	相談者 住 所	相 談 内 容
平成 20年	9ヶ月 女児	ウエハース (7ヶ月頃から)	東京	当該商品を小さく切って与えたところ、喉に張り付き、呼吸できなくなり意識を失った。自分が見ていなければ死ぬ可能性もあったと思うと怖い。情報提供したい。
平成 19年	7ヶ月 女児	チーズスティック (7ヶ月頃から)	千葉	当該商品を自分で手で持って食べていたところ、大きく割れて口に入ってしまった。喉に詰まらせ窒息しそうになり泣き声も出せない状況に。喉に指を入れ取り出し事なきを得たが危険である。注意表示には大きく割れる旨の記載はなかった。
平成 19年	7ヶ月	タマゴボーロ	神奈川	当該商品を与えたところ、喉に詰まった。慌てて牛乳を飲ませ大事には至らなかったが危険である。注意表示すべきでは。

(2) 都内の救急搬送状況（東京消防庁救急出動件数）

平成19年に東京消防庁管内で「ベビー用のおやつ」と思われる食品により窒息して、救急搬送された事例は4件あった。

表2 都内の救急搬送状況

受付月	搬送者の 年齢等	原因となった 商品	救 急 要 請 の 概 要	初診時 程度*
9月	8ヶ月 男児	せんべい	電車内で当該商品を食べさせていたところ、喉に詰まり苦しそうなので、駅で下車、駅員に救急要請を依頼した。	軽症
9月	7ヶ月 女児	ビスケット	子供が当該商品を喉に詰まらせ、顔面蒼白になった。	軽症
4月	7ヶ月 女児	ビスケット	当該商品を食べさせたところ、急に嘔き込み、喉に詰まらせた。	軽症
2月	9ヶ月 女児	幼児用スティック	自宅で当該商品を食べていた際、一瞬呼吸ができなくなったので、救急要請した。	軽症

※ 軽症とは、入院の必要がないもの。



平成21年1月東京都商品等安全対策協議会報告書

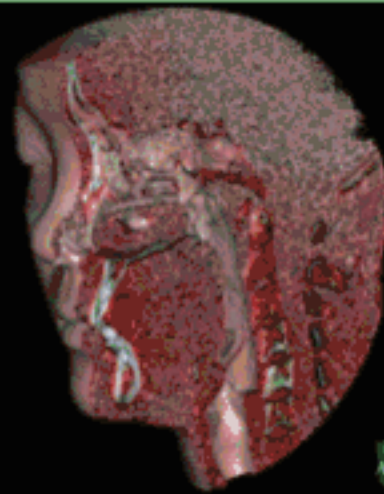
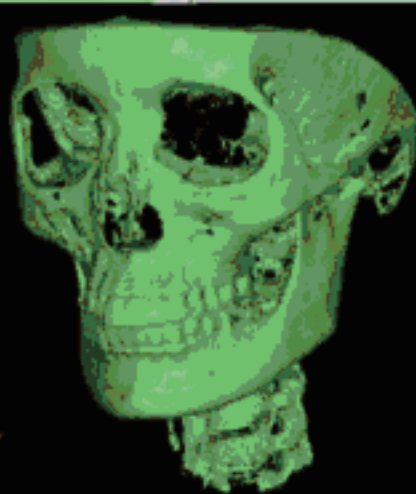
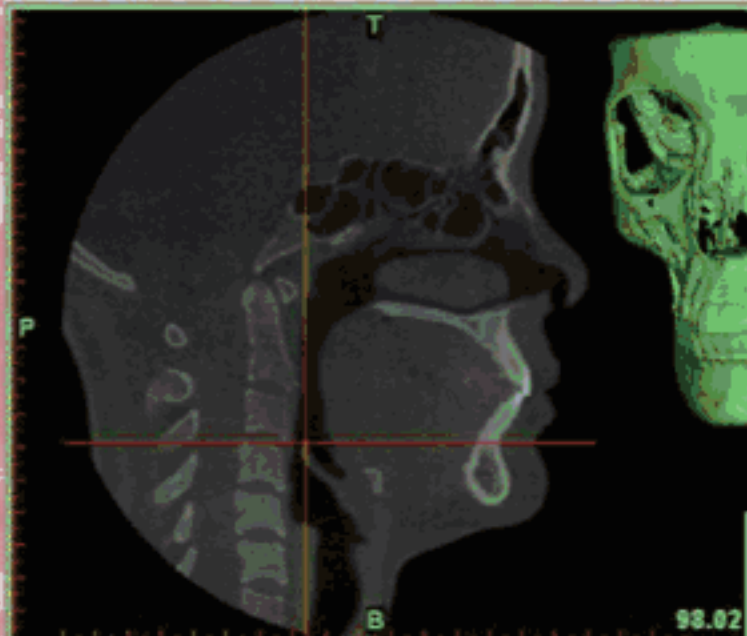
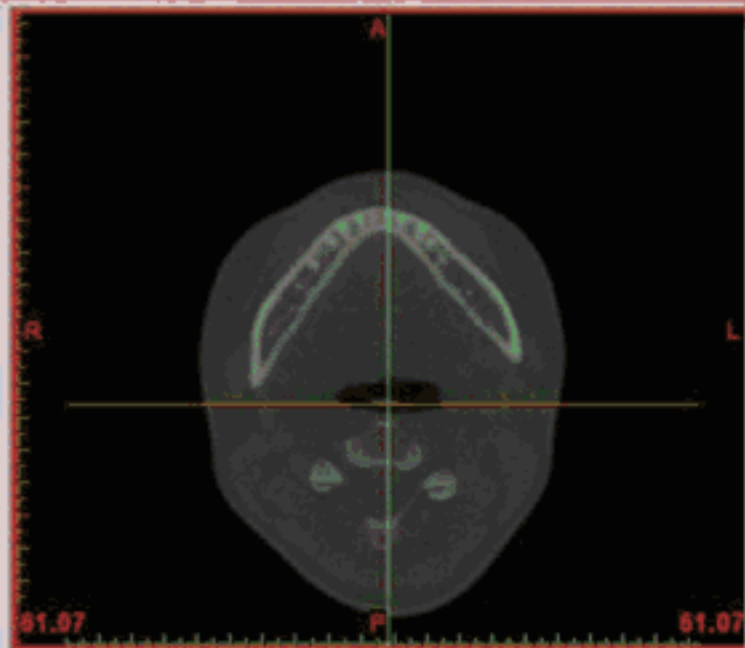
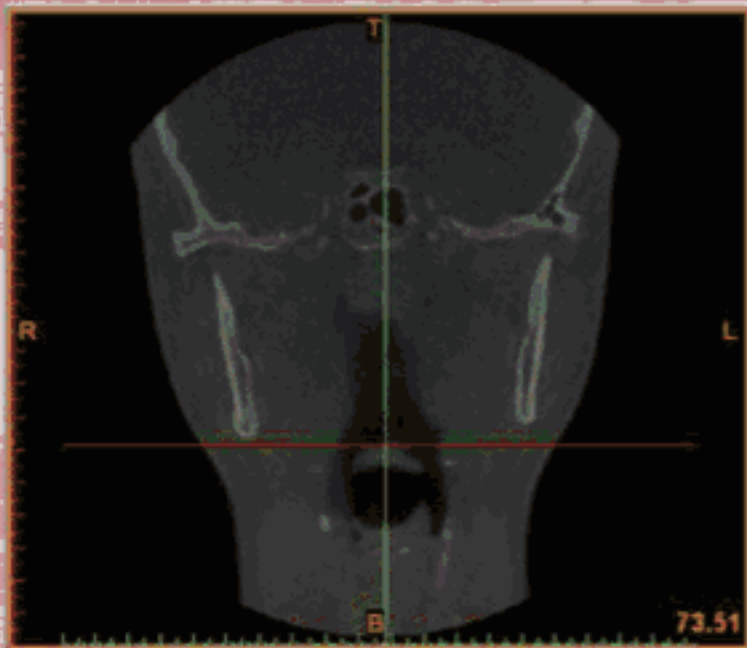
平成19, 20年度厚生労働省科学特別研究事業
食品の窒息の現状把握と原因分析 主任研究者：向井美恵

消防本部 12か所737例の回答
救命救急センター 75か所621例の回答

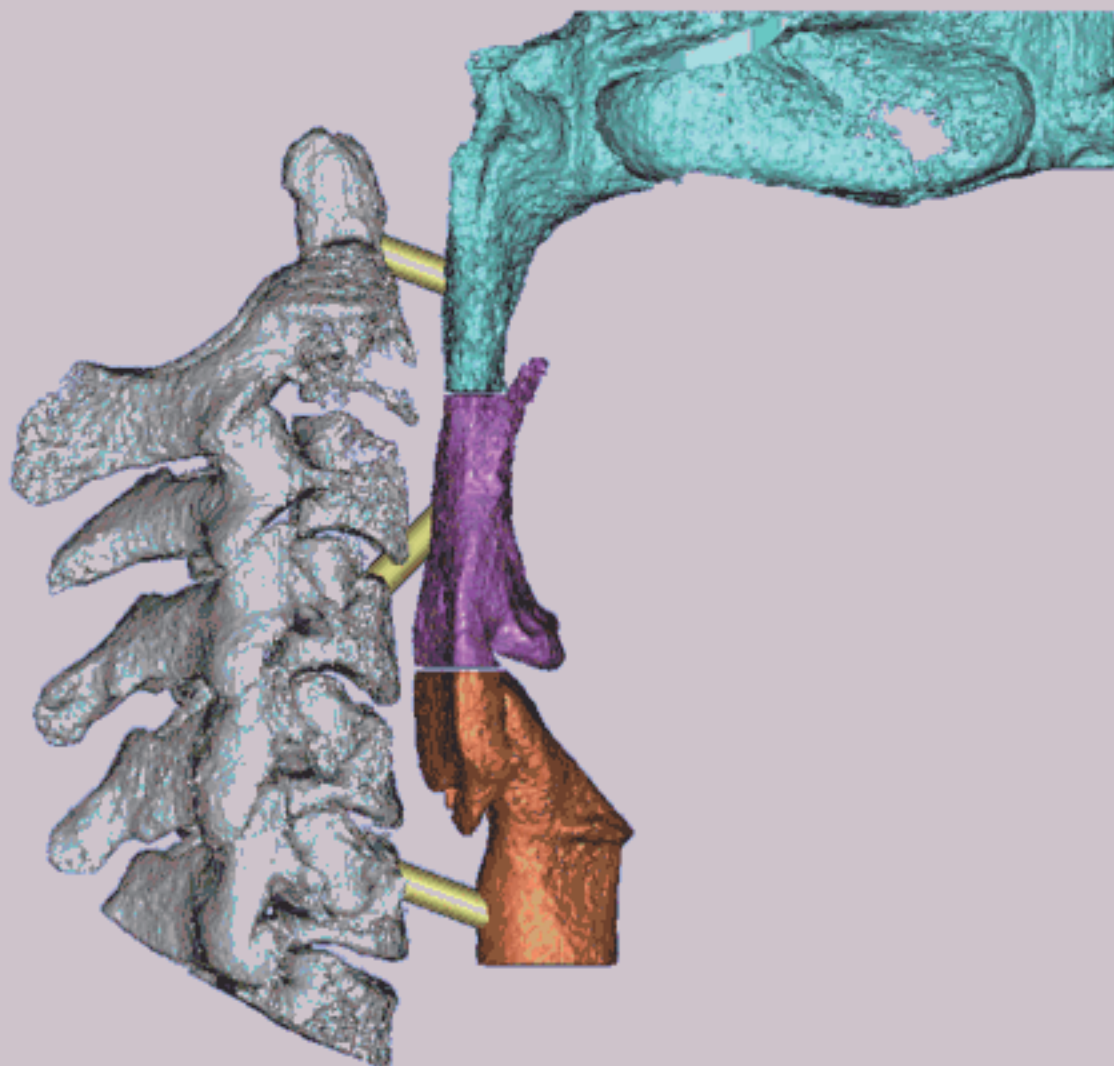
窒息は76.0%が65歳以上であった。
10歳未満が12.0%を占めていた。

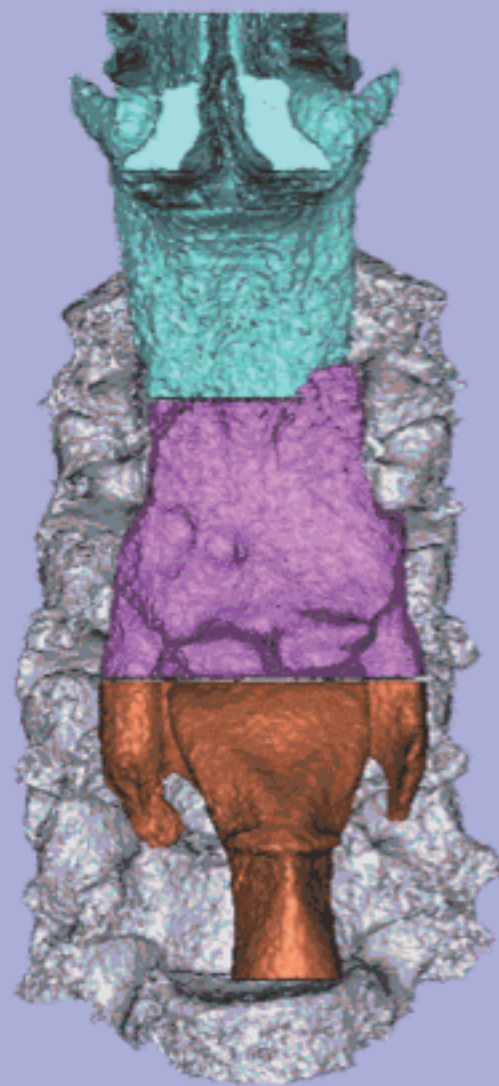
原因食品 (432例)

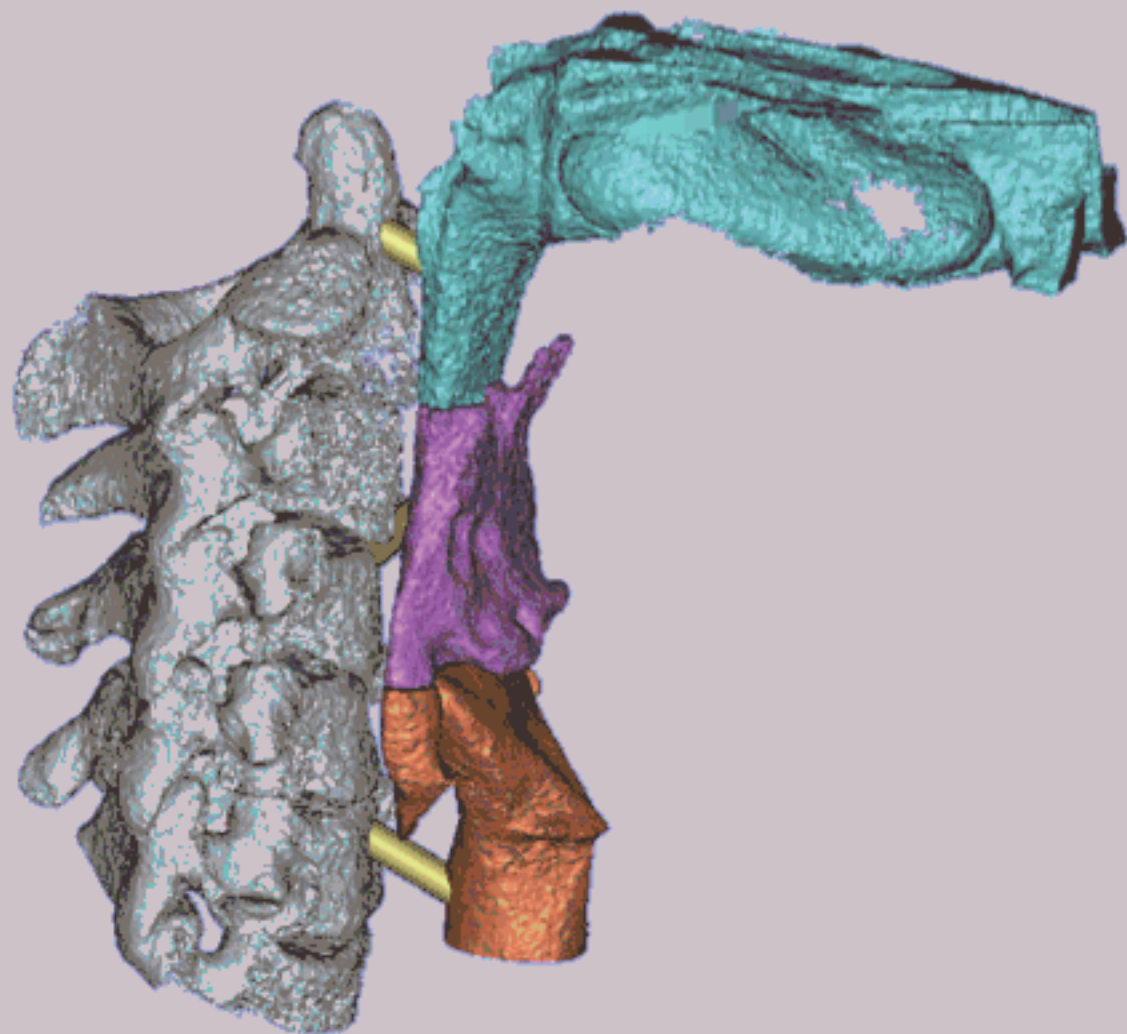
穀類	211例	→もち	77例,	米	61例,	パン	47例,	粥
菓子類	62例	→あめ	22例,	団子	8例,	ゼリー	4例	
魚貝類	37例							
果実類	33例							
肉 類	32例							











日本救急医学会救急科専門医指定施設および救命救急センター433施設
平成20年6月1日～平成21年1月31日までの8か月間
0～15歳を対象
窒息事故が12例報告（10名男児，2名女児）平均3.0歳
全例自宅にて事故

原因食品：5例 あめ

3例 ピーナッツ・豆類

1例 リンゴ，冷凍ゼリー，ラムネ，イクラ

※大きさについては約1cm径のものが多かった

原因考察

食品を口に入れた状態で走ったり、または遊んでいた、話をしていた、
テレビを見ていた、など食事に集中していない時が多かった。

平成20年度厚生労働特別研究（向井

統合失調症患者の摂食実態から

n=43

先行期		口腔期		咽頭期	
異常所見	(名)	異常所見	(名)	異常所見	(名)
かきこみ	12	丸のみ	9	ムセ	3
ぱっかり食べ	7	捕食不全	6		
多い一口量	5	流しこみ	3		
		流涎	1		
計	24	計	19	計	3

重複あり

弘中祥司ほか:精神障害(統合失調症)者における摂食機能の実態. 障害誌, 26(2) 172-179, 2005.

窒息予防の観点から

小児期は、遊びによる事故が多く、食事への集中が重要と考えられた。
その中で咀嚼回数の規定も食事に集中させる因子である。
ただし、低年齢に対しては保護者への啓発が必要。

遊び食べの早食いと、
機能発達よりも早い食品の「早」食いに注意

高齢期は、個で食事を行うケースに事故が多く、会話や見守りが必要
集団による食事が理想であるが、現状として難しい。
咀嚼回数の啓発により、事故が減少することが期待される。
認知症状の悪化による早食いに注意が必要

上記について、これまでの研究から考えられた。