

## 窒息

川口市立医療センター

救命救急科

たきぐち

瀧口

とおる

徹



窒息とは、空気の通り道である気道が塞がれ、空気を取り込むことができなくなることです。極めて短時間のうちに致命的な状態に陥ります。成人の窒息は、餅などの食べものを喉に詰まらせることが多く、飲み込む力が弱くなったお年寄りに特に多い傾向があります。また、飲み込む力が十分に発達していない乳幼児は、ピーナツや飴などのほか、口に入るおもちゃや硬貨などを喉に詰まらせることがあります。

最初の症状は咳き込むことですが、咳き込みが激しすぎて助けを呼ぶことができず、喉の辺りを両手でかきむしるような動作をすることもあります。その後、徐々に呼吸や話す声が弱まり、止まることもあれば、甲高い音やあえぐような音を出していることもあります。顔が真っ青になったり、けいれん発作を起こしたり、意識を失うこともあります。

初期対応として、複数の救助者がいる場合は、1人が119番通報し、ほかの人は窒息している人の治療を開始します。救助者が1人しかない場合は、気道に詰まっている異物を取ることを試みてから、119番通報をしてください。激しく咳をすると、しばしば気道に詰まっていた異物が吐き出されるので、強く咳き込んでいる場合は、そのまま咳を続けさせましょう。正常に話すことができている場合、しばらくは強く咳き込むことがあります。息苦しさが改善しない場合は異物が残っている可能性があるため注意が必要です。

一番大切なことは窒息を防ぐことです。高齢者や乳幼児には、食べ物を細かく刻むことや、おもちゃや硬貨を出しておかないなどの配慮も大切です。