こんな ところに!?

子ども目線

危険知ろう

子どもの事故は予防できます

国の人口動態調査で、「不慮の事故」は常に子どもの死因の上位です。窒息のほか、溺水が多く、乳幼児の大半は浴槽で起こっています。数センチでも鼻と口がふさがれば溺れてしまいます。

赤ちゃんは生後5カ月ごろから、物に手を伸ばし、つかみ、口へ持っていきます。39ミリを示す道具を使い、薬や電池、ペットボトルのキャップなどを測ってみましょう。

誤飲は0～1歳児に特に多く、窒息を引き起こす危険もあります。乳幼児が物を口に持っていくのは感触を試して確認するためで、発達の大事な一過程です。

「赤ちゃんにやめさせるのではなく、安全な環境を整えましょう。」対策は赤ちゃんの届く場所から危なそうな物を片付けることです。子どもの目線で点検する必要があります。

例えばハイハイするようになる生後9カ月前後はやけどや家具の角にぶつけるけがが増えます。ひとり歩きする1歳ごろからは階段やベランダからの転落に注意しましょう。

文・落合 仁

三重県小児科医会・三重県

乳幼児突然死症候群

SIDSから赤ちゃんを守りましょう

たばこはやめる

平成9年度の研究では両親が喫煙する場合
喫煙しない場合の4.7倍SIDSの発症率が高いと報告されています

うつぶせ寝は避ける

うつ伏せに寝かせた時の方が、あおむけ寝の場合に比べて
SIDSの発症率が高いと報告されています

乳幼児突然死症候群は、それまで元気だった赤ちゃんが事故や窒息ではなく眠っている間に突然死亡してしまう病気です。日本での発症頻度はおよそ出生6000～7000人に1人と推定され、**生後2ヶ月から6ヶ月**に多いとされています。発症は年々減少傾向にありますが、平成23年には全国で148人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっています。

SIDSの原因はまだわかっていませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中に多いことや、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児で多いことが平成9年度厚生省心身障害研究「乳幼児死亡の防止に関する研究」で分かっています。

「うつぶせ寝は避ける」「たばこはやめる」「できるだけ母乳で育てる」これらの育児習慣等に留意することで、SIDSの発症リスクの低減が期待されています。これらはいずれもSIDSの直接の原因ではありませんので、必要以上に不安に思う必要はありません。日頃の子育てを再確認していただき、あとはおおらかな気持ちで子育てをしましょう。

できるだけ母乳で育てましょう

母乳で育てられている赤ちゃんは人工乳(粉ミルク)で育てられている
赤ちゃんに比べてSIDSの発症率が低いと報告されています

イラスト：せのおしんや

三重県小児科医会・三重県