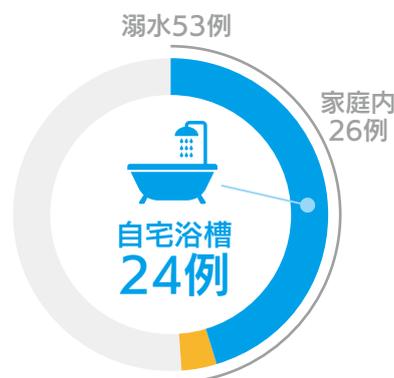


# 溺水



## 1. 疫学

令和元年人口動態統計によると、  
小児の不慮の事故における死因のうち、  
溺水は3番目に多く、5歳以上では最も多い<sup>1)</sup>。  
溺水で亡くなった53例のうち、家庭内事故が26例で、  
そのうち自宅の浴槽での事故が24例であった<sup>2)</sup>。  
4歳以下は浴槽での事故が多いが、  
5歳以上になると屋外での事故が増える傾向にある<sup>2)</sup>。



4歳以下 → 5歳以上



## 2. 病態

人が溺れるときは声も出さず、  
水面を叩くわけでもなく静かに沈む（本能的溺水反応）とされ、  
溺水トラブルを経験した保護者の86%が  
「悲鳴や助けを求める声が聞こえなかった」と答えた。  
溺水は2.5cm以上の水深で起こり得る<sup>4)</sup>とされ、  
水中での時間が5分を超えると神経学的後遺症を残しやすい<sup>5)</sup>。



## 3. 応急処置

水を吐かせる目的でのハイムリック法は禁忌。  
BLSに従い意識の確認 → 必要に応じてCPR、保温。

## 4. 予防・啓発

- 浴室の施錠を徹底する。
- 入浴後は浴槽のお湯を抜く。
- 保護者が洗髪中は児を浴槽から出し、定期的に声をかける。
- 首浮き輪を含めた浴槽用浮き輪を使わない。
- 足を入れて座るタイプの浮き輪も、  
ひっくり返った場合に自分で戻れずリスクが高い。
- 自然水域ではライフジャケットの着用を徹底する。



参考文献 1) 人口動態調査. 不慮の事故による死因別にみた年齢別死亡数  
2) 人口動態調査. 家庭における主な不慮の事故による死因別にみた年齢別死亡数及び百分率  
3) 日本小児科学会救急委員会報告 未就学児の家庭内入浴時の溺水トラブルに関するアンケート調査報告  
4) Celis A, et al. eJ Inj Violence Res. 2017 Jul; 9(2): 91-94.  
5) Quan L, et al. Pediatrics. 1990 Oct;86(4):586-93.