



**はじめに**

「気道異物による窒息」とは、たとえば食事中に食べ物が気道に詰まるなどで息ができなくなった状態をいいます。

大切なことは、窒息を予防することです。高齢者、乳児には、食べ物を細かくきざんで食べさせるようにしましょう。



**窒息の発見**

まず、窒息に気がつくことです。

親指と人差し指で、のどをつかむ仕草は、「窒息のサイン」と呼ばれています。



**○ 反応がある場合**



**✕ 反応がなくなった場合**

手順 ③ へ 



**○ 119番通報と異物除去～反応がある場合～**

- ・ 患者が、呼びかけに応じることができる場合です。
- ・ 救助者が一人だけの場合は、119番通報する前に、異物除去を行います。
- ・ 異物除去には、「腹部突き上げ法」と「背部叩打法」があります。
- ・ 異物除去は、可能であれば、「腹部突き上げ法」を優先し、一方で効果が無ければ、もう一方を試みます。異物が取れるか、意識が無くなるまで続けます。妊婦や乳児では、腹部突き上げ法は行いません。背部叩打法のみ行います。

次の手順へ 

## ○ 119番通報と異物除去～反応がある場合～

## 腹部突き上げ法

妊婦や乳児では、腹部突き上げ法は行いません。  
背部叩打法のみ行います。

1. 患者の後ろに回り、ウエスト付近に手を回します。
2. 一方の手で「へそ」の位置を確認します。
3. もう一方の手で握りこぶしを作って、親指側を、患者の「へそ」の上方で、みぞおちより十分下方に当てます。
4. 「へそ」を確認した手で握りこぶしを握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。
5. 腹部突き上げ法を実施した場合は、腹部の内臓を傷める可能性があるため、救急隊にその旨を伝えるか、すみやかに医師の診察を受けさせてください。



## 背部叩打法 (はいぶこうだほう)

- ・ 患者の後ろから、手のひらの基部で、左右の肩甲骨の間当たりを力強く何度も叩きます。
- ・ 妊婦や乳児では、腹部突き上げ法は行いません。背部叩打法のみ行います。



## 子どもの気道異物の除去

- ・ 乳児では、腹部突き上げ法は行いません。背部叩打法のみ行います。
- ・ 反応がなくなった場合は、子どもの心停止に対する心肺蘇生の手順を開始します。 → 心肺蘇生法の手順を確認
- ・ 乳児の気道異物の除去
  1. 救助者の片腕に、乳児をうつぶせに乗せ、手のひらで乳児のあごを支えつつ、頭を体よりも低く保ちます。
  2. もう一方の手のひらの基部で、背中中の真ん中を数回強く叩きます。



次の手順へ &gt;

## ✕ 119番通報と異物除去～反応がなくなった場合～

傷病者がぐったりして反応がなくなった場合は、心停止に対する心肺蘇生の手順を開始します。救助者が一人の場合は119番通報を行い、AEDが近くにあることがわかっている場合は、AEDを自分で取りに行ってから心肺蘇生を開始します。→心肺蘇生法の手順を確認

心肺蘇生を行っている途中で異物が見えた場合は、それを取り除きます。見えない場合にはやみくもに指を入れて探らないで下さい。異物を探すために胸骨圧迫を中断しないで下さい。



お問い合わせ

日本医師会地域医療第一課

[chiiki\\_1@po.med.or.jp](mailto:chiiki_1@po.med.or.jp)

誠に恐れ入りますが、万が一電子メールでの返信ができなかった場合に備え、お問い合わせの際はお名前やご連絡先を明記していただきますようお願いいたします。  
いただいた個人情報は、お問い合わせへの返信以外には使用いたしません。