健康ぷらざ

ある日突然赤ちゃんが
―乳幼児突然死症候群（SIDS）―

指導：東京女子医科大学母子総合医療センター 所長／教授　仁志田 博司

企画：日本医師会

No.136

予期せぬ突然の死

つい昨日まで元気だった赤ちゃんが、これといった原因となる病気もないのに突然亡くなってしまうのが乳幼児突然死症候群（SIDS）です。生後4ヵ月くらいにもっとも多いといわれ、ほとんどの例が1歳になる前までに起こっています。現在のところ、寝ている間に生じた“無呼吸”がもとに戻らなくなることが原因ではないかと考えられています。

防ぐことはできる？

SIDSとの関連が疑われているものとして、赤ちゃんをうつ伏せに寝かせること、保育者が喫煙をしていること、母乳を与えないことなどが挙げられています。これまで、これらに注意するよう呼びかけることにより、SIDSをある程度減らすことに成功しています。

異常に気付いたら

もし異常に気付いたら、すぐに赤ちゃんを抱き上げ、背中をさするなどして刺激を与えましょう。それでも反応がない場合は救急車を呼び、その間に自分の口を赤ちゃんの口と鼻に当てて、人工呼吸を行います。

SIDSに対する理解を

今まで元気だった可愛い赤ちゃんが突然死んでしまうことから、SIDSは両親にも強いストレスとなります。自分の過失ではないかと自責の念にかられたり、周囲からいわれのない非難の目を浴びることもあるようです。

SIDSで赤ちゃんを失った家族の精神的なサポート、SIDSに関する情報の提供を、SIDS家族の会（総合窓口：（財）母子衛生研究会内 TEL 03-3499-3111）が行っています。

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。