

保育現場でのSIDSの予防と対応

2024年8月作成
託児ママ マミーサービス代表
保育中の突然死予防研修推進会メンバー
NPO 法人 SIDS 家族の会医学アドバイザー
中村 徳子

SIDS(乳幼児突然死症候群)は窒息などの事故ではなく、睡眠中のお子様が目覚めなく亡くなる病気で、現時点ではSIDSを確実に予防することはできませんが、日常生活における注意により、その発症リスクを減らせることが分かっています。保育中のSIDSからお子様を守るためには、予防取り組み以外にも呼吸停止のいち早い発見、異常を発見してから救急隊に引き継ぐまでの行動も重要です。

1. 保育現場で起きているSIDSの発症状況

SIDSによる呼吸停止は、お子様の睡眠中に突然起こり、呼吸が極めて静かに停止します。さらには呼吸停止直前であっても、お子様の表情の変化、声や体の動きなど、異常を知らせる外的サインが無い場合、保育者がお子様のすぐ側にいても呼吸停止にすぐ気付くことは非常に困難です。

2. SIDSによる呼吸停止発見時の体位

SIDSはうつぶせ寝だけでなく横向き・仰向け寝でも発症する場合がありますため、どのような体位であっても注意が必要です。うつぶせ寝の場合は窒息による呼吸停止とは違い、口や鼻が閉塞していない状態でも発症します。また海外の研究から、仰向け寝と比べ横向き寝も発症リスクが高いことが分かっています。

3. 睡眠中のSIDS予防といち早く呼吸停止を発見する方法

- ① お子様を仰向け寝にしましょう。
- ② うつぶせ、横向きになられた場合はすぐ仰向けにしましょう。
- ③ フトンなどの寝具がお子様の顔にかからないようにしましょう。
- ④ お子様を温め過ぎないようにしましょう。
- ⑤ お子様の体調変化に気付きやすくするため、部屋は暗くしないようにしましょう。
- ⑥ うつ伏せ寝の習慣があるお子様は、仰向け寝の習慣をつけていきましょう。
 - ▶ 保護者のご協力も必要です。*1
- ⑦ タイマーを使って定期的に睡眠チェック(生きているかの確認)をしましょう。
 - ▶ 確認の際、お子様から様々な情報が受け取れますので、健やかな保育にも一層つながります。
 - ▶ 定期的な確認は、突然の呼吸停止にできるだけ早く気付くだけでなく、突然の事故予防、発熱などお子様の体調急変時の早期発見にもつながります。
 - ▶ 万が一、お子様の睡眠中に緊急事態が起きた場合、ご家族様や警察へより詳しい保育状況をご説明できます。(SIDSは窒息事故との見極めが難しく、睡眠中の記録も重要です。)

睡眠チェック時の注意点

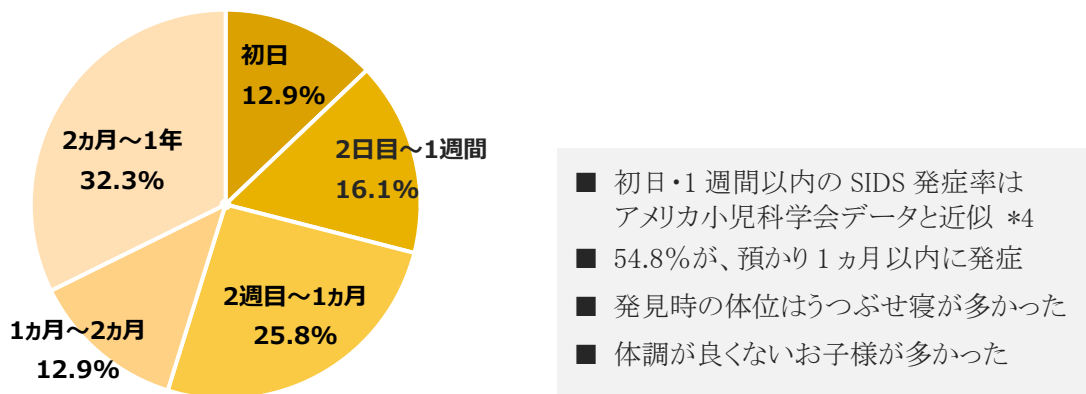
お子様に優しく触れて、反応(身体の動きなど)を確認しましょう。
(利点:短時間で確認できます。触れる(刺激)ことはSIDS予防も兼ねています。)
目視のみでの確認は、SIDSにつながる呼吸停止を見逃してしまう可能性が高くなります。
(呼吸停止直後もお子様の表情は健やかな寝顔に見えます。)

4. 緊急時、適切な行動をするために

- ① 保育者だけでなく、勤務している方全員が応急手当を実施できるようにしましょう。
 - 救急隊が到着するまで、何も出来ない事だけは絶対にあってはなりません。
 - 応急手当の実施に不安がある場合、119番通報時に通信指令員より対応方法を教えて頂きます。(このことを「口頭指導」といいます)口頭指導を受ける場合、電話のハンズフリー機能の活用が有用です。(Live119(映像通報システム)を導入されている消防もあります。)緊急時、聞き取り音量の変更、ハンズフリーへの切り替えができるよう調整方法を確認しておきましょう。
 - 習った応急手当を忘れないために、定期的な救急講習会の受講と併せて、訓練用の人形などを活用した自己学習も有用です。*2
- ② 救急隊が到着して、隊員から「心肺蘇生を交代します」と言われるまで応急手当を続けましょう。緊急時、スムーズに行動できるよう、普段から職場で話し合い、緊急事態を想定したシミュレーション訓練にも取り組みましょう。(「アクションカード」を取り入れている保育施設もあります。)

5. SIDSを経験した保育関係者の調査(31事例)から分かったこと*3

保育開始からSIDS発症までの期間と発症率

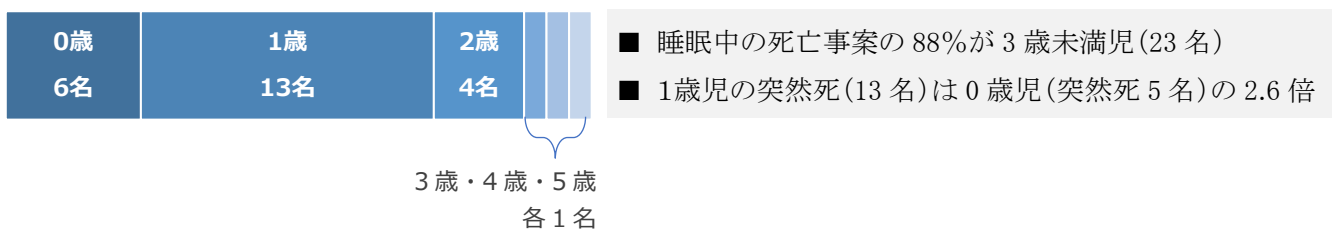


6. 認可保育園の睡眠中の死亡事案(2005年~2012年)

日本スポーツ振興センターの報告*5 を基に、睡眠中に亡くなられたお子様の人数・死因・年齢を調べました。

睡眠中の死亡人数(26名)

※突然死 25名、窒息死 1名(乳児)



当初、0歳児の突然死が多いと予想していましたが、実際には1歳児が0歳児の2倍以上と、予想外の結果に驚きました。お子様の年齢から、SIDS以外の突然死が多いと考えています。(0歳児の突然死5名、1歳児以上の突然死20名)

7. 睡眠用センサーについて

- ① 睡眠用センサーは、睡眠チェックの補助としての利用が前提です。
- ② 睡眠中の異常発生時、センサーからアラーム音が鳴った後に呼吸が回復した複数の事案があり、音による刺激が覚醒に繋がる場合もあると考えています。そのことから、保育者が駆けつけた時にお子様が呼吸をされていても、思い込みによる判断ミスを防ぐため普段と異なる点が無いかなど、その後のお子様の状態に充分注意してください。

※睡眠用センサーには、本体のアラーム音が鳴る機器と、鳴らない機器があります。
本体のアラームが鳴らない、タブレット端末等で遠隔操作されるセンサーであっても、同じ様にお子様の状態には充分注意してください。

＜本体のアラームが鳴る機器の一例＞

シエスタBeBe（マット型） グローバル電子(株)

<https://www.gec-tokyo.co.jp/siesta/>



【脚注】

- *1 SIDS家族の会啓発パンフレット「小さな灯を守って」(制作:NPO法人 SIDS家族の会 1部50円)

SIDSをはじめとする睡眠中の突然死はご家庭でも発症する可能性があり、保護者への情報提供はとても大切です。保護者へお話される際、育児不安をもたれてしまうのではないかと心配される保育者は多いです。本パンフレット「小さな灯を守って」は保護者が育児不安をできるだけ抱かないよう配慮して制作されていますので説明用としても有用です。同時に保護者の皆様に保育施設の取り組みを知って頂くこともでき、保護者と保育施設との一層の信頼関係構築にも繋がります。

紹介ページ <http://www.sids.gr.jp/sids-lp-webpanf.html>



- *2 心肺蘇生などが学べる学習キット(マネキン・DVDなど)

■ ミニアン：小児・成人の心肺蘇生・AEDなど学習できます。(約30分)

■ ミニベビー：乳児の心肺蘇生・気道異物除去が学習できます。(約20分)

レールダルメディカルジャパン株式会社

- *3 保育預かり初期のストレスとSIDS危険因子の関係について

伊東和雄・中村徳子:(社)日本小児保健協会 小児保健研究 Vol. 65 No. 6, P836-839 2006年
論文掲載ページ <https://www.blog.crn.or.jp/lab/09/01.html>

- *4 American Academy of Pediatrics:REDUCING THE RISK OF SIDS IN CHILD CARE (2004年)

保育中のSIDSを減らすためのプログラムより。

アメリカ小児科学会では、保育施設におけるSIDS関連死のうち、全体のおよそ3分の1が保育開始1週目、そのうちの半数は初日に発症しています。

- *5 日本スポーツ振興センター「学校の管理下の死亡・障害事例と事故防止の留意点」

平成17年版～24年版の記載情報を基に、睡眠中に亡くなられたお子様の人数・死因・年齢を調べました。(2013年作成)

【参考】

◎ 「赤ちゃんの命を守るあおむけ寝 乳幼児突然死症候群にならないために」

著者 仁志田 博司 先生（東京書籍 2022年11月）

書籍紹介ページ <https://www.tokyo-shoseki.co.jp/books/81646/>

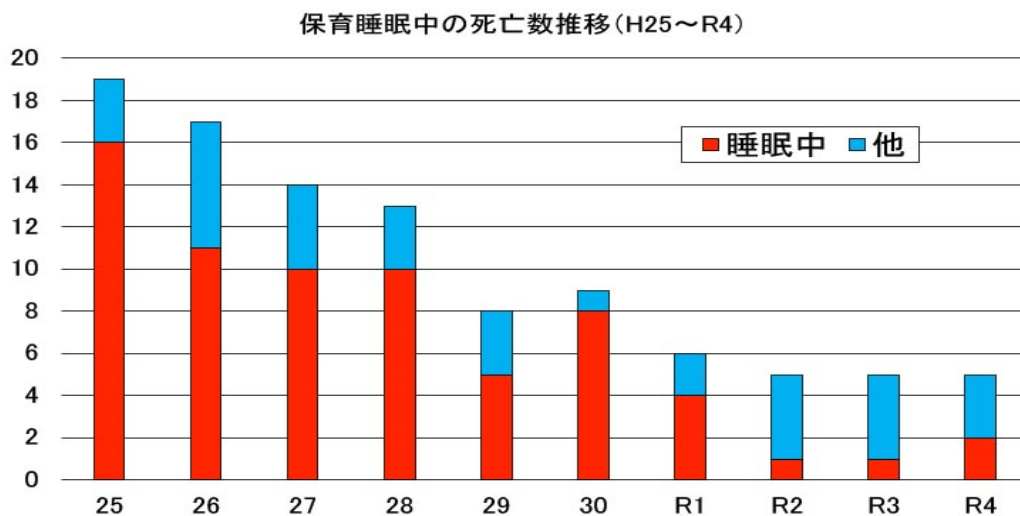
◎ 保育中の突然死予防研修推進会「保育睡眠中の突然死予防プログラム」

保育環境における突然死を防ぐために開発したプログラムです。

（プログラムなどの紹介ページ）

<https://mommy-sids.com/wp-content/uploads/2024/03/e728ec5ac0a23098cef923f6cddf028d.pdf>

◎ データから分かる保育者の“頑張り”



有限会社マスターワークス 伊東和雄氏作成（こども家庭庁などの情報より）

株式会社 Connect が発行する保育関係者向けフリーペーパー「せんせい！」2023年秋号に、SIDSに関する記事を寄稿しました。（保育現場のSIDSについて <https://mommy-sids.com/post-1383/>）

ある自治体保育担当課の方から頂いた下記のお言葉がきっかけで、2023年秋から保育者の頑張りデータをデータでお伝えさせて頂くようになりました。

「どんなことでも、その事象をおこさず、予防できたということを証明することは難しく、達成感(?)を得にくいことだと思います。頑張りが見えにくいといえますか……。睡眠中の死亡事案が発生していないということは、保育士さんたちがしっかり睡眠チェックをしていることだと、フィードバックされることも必要だとも感じたことでした。」 ※ご紹介の許可を頂いてます

お尋ねなどございましたら、
託児ママ マミーサービス「お問い合わせ」からお願いいたします。

<https://mommy-sids.com/>

