

市消費生活センター

問い合わせ 市消費生活センター ☎073236

冬季に多発!

高齢者の入浴中の事故にご注意を!

入浴は、身体を清潔に保つだけでなくリラクゼーション効果も期待できる重要な生活習慣の一つです。しかし、入浴時の身体状況や環境によっては、意識障害を起こし溺水するなど重大な事故につながる危険性があります。

入浴中の事故死の実態

人口動態統計によると家庭の浴槽での溺死者数は、10年間で約7割増加しています。平成26年の溺死者数は、4,866人(図1)のうち、65歳以上の方が、約9割となっており高齢者は特に注意が必要です(図2)。

消費者庁の55歳以上の方を対象としたアンケートによると、「持病が無い普段元気な人でも入浴事故が起こる」ことを知っている人は34%にとどまっています。また、安全な入浴方法の目安「41度以下で10分未満に上がる」を守っている人は42%にとどまり、浴室などを暖める対策を全く実施していない

人も36%でした。

こうした中で約1割の人が、入浴中にのぼせたり、意識を失ったりして「ヒヤリ」とした経験をしていました。

入浴中の事故死は、12月から2月にかけての冬季に多く、全体の約5割が発生しています。

図1. 家庭の浴槽での溺死者数の推移※1

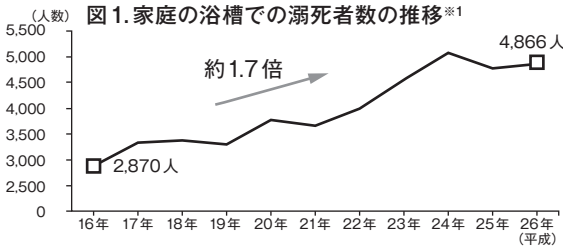
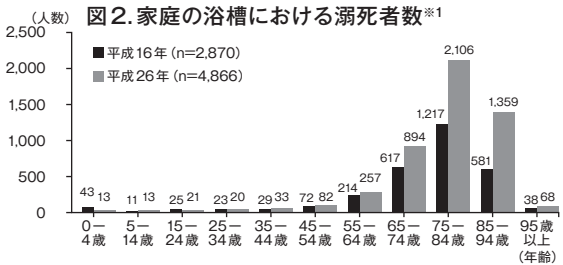


図2. 家庭の浴槽における溺死者数※1



入浴する際の注意事項

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
温度の急激な変化で血圧が大きく上下することで失神し、浴槽内で溺れるケースがあります。
- 湯温は41度以下、浴槽に入る時間は10分までを目安にしましょう。
半身浴でも長時間入浴すれば体温が上昇する可能性があります。
- 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。

アンケートでは、入浴中に「ヒヤリ」としたタイミングとして、浴槽から立ち上がったときが一番多くなっています。

- アルコールが抜けるまで、また、食後すぐの入浴は控えましょう。

高齢者は、食後の低血圧によって失神することがあります。食後すぐの入浴は避けましょう。

- 精神安定剤、睡眠薬などの服用後の入浴は危険です。

- 入浴前に同居者に一声掛けましょう。

同居者も、いつもより入浴時間が長いときには入浴者に声を掛けましょう。

(冬場に多発する高齢者の入浴中の事故に御注意ください！)消費者庁注意喚起 平成28年1月20日(より)

いざという時のために、救命講習を受けるなど、応急手当を覚えましょう。



正義の味方 ひっかからないカモ

※胸骨圧迫

胸の真ん中を約5cm
1分間に100回から
120回のテンポで押します。

出典:「上級救命講習テキスト」
東京防災救急協会



- 入浴者の異常を発見した場合の対処法(浴槽でぐったりしている人(溺れている人)を発見した。)
- 浴槽の栓を抜く。大声で助けを呼び、人を集める。
- 可能なら入浴者を浴槽内から救出する。直ちに救急車を呼ぶ。
- 浴槽から出せない場合、蓋に上半身を乗せるなど沈まないようにする。
- 浴槽から救出できた場合は、肩を叩きながら声を掛け、反応があるか確認する。
- 反応がない場合は呼吸を確認する。
- 呼吸がない場合には胸骨圧迫を開始する。
- 人工呼吸ができれば、胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を繰り返す。
- できなければ胸骨圧迫のみ続ける。