

# ストップ!! 乳幼児突然死症候群 (SIDS)

★ 乳幼児突然死症候群 (SIDS : Sudden Infant Death Syndrome) とは、それまで元気だった赤ちゃんが、眠っているあいだに突然死してしまう病気です。(事故や窒息とは違います。)

★ 日本では、年間500~600人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっています。生後4~6ヵ月頃が最も多く、ほとんど1歳未満の赤ちゃんに起きていて、乳児死因の第3位を占めています。(北九州市では毎年4~5人の赤ちゃんが亡くなっていることになります。)

★ その原因のすべてはまだ明らかになっていません。脳の呼吸調節機能に問題があるのではないかと考えられています。この病気に関係があるいくつかの因子が明らかになってきました。それらについてキャンペーンを積極的に行った欧米諸国では、実際にこの病気での死亡数が減っています。

★SIDSを予防するために

① 赤ちゃんを寝かせるときはあおむけ寝にしましょう。

うつぶせ寝ではあおむけ寝より3倍の危険性があると報告されています。

② 妊娠中は、もちろん赤ちゃんの周囲でタバコは吸わないようにしましょう。

両親がタバコを吸っていれば、吸わない場合に比べて約4.7倍の危険性があると報告されています。

③ 母乳がでる場合は、できるだけ母乳で育てましょう

母乳はSIDSの発生を抑えるのに何らかの影響があるようです

④ そのほかに気をつけること

☆ 暖めすぎに気をつけましょう

☆ なるべく赤ちゃんを一人にしないで

北九州地区小児科医会・北九州市医師会園医会 (<http://www.kitakyu-ped.com/>)