

兒童溺水事件的預防及"乾式溺水"的迷思

預防溺水的重要性與建議

意外事故是兒童死亡的最重要原因，而溺水是僅次於交通事故造成兒童意外死亡的第二大原因。每年都有許多兒童因溺水而喪生或造成嚴重傷害，這是一個兒童安全與健康的重要問題。根據統計，1-4 歲幼兒及青少年是溺水的高危險群，應特別小心注意。台灣兒科醫學會對於預防兒童溺水事件提出多項建議，包括嬰幼兒洗澡時成人應全程陪同；精神不濟的成人不應協助嬰幼兒沐浴；蓄水容器如水槽、水缸、水塔或洗衣機等應加蓋；魚塢、溝圳與游泳池應有門禁及圍籬；積極教育兒童戲水的正確知識；嚴格遵守救生員與警告告示牌指示；孩童不幸溺水時，應儘早開始以兒童基本救命術進行急救。

「乾式溺水」的迷思

近年來由於媒體經常報導有關「乾式溺水」的相關資訊，許多家長也會在兒童從事水上活動後擔心是否會出現乾式溺水的情形而於急診求助。

「乾式溺水」引起廣泛注意，起源於 2017 年媒體報導美國一名 4

歲兒童於戲水後一周突然呼吸衰竭死亡的案例。雖然後來證實該名兒童其實是死於不相關的心臟疾病，但是經過媒體大肆渲染加上陸續報導其他疑似個案，引起家長大量的焦慮，甚至許多專業人士也持續宣傳「乾式溺水」的觀念。

「乾式溺水」並不是一個醫學上被廣泛接受的觀念，是否應該被過度強調和宣傳十分值得商榷。首先，被懷疑為「乾式溺水」症狀的嚴重個案往往最後被發現是其他無關疾病所造成。其次，雖然有些溺水個案因為喉頭痙攣因此內視鏡或影像檢查發現沒有肺部進水的情形（「乾式」溺水的主要理論根據），但是這些個案在臨床處置、症狀、預後上與多數的溺水個案並無明顯區別，因此區分「乾式」或「濕式」溺水的分類可能並沒有臨床上的重要性。最後，對於「乾式溺水」的報導往往強調有很長的「潛伏期」以及許多非特異性的前兆症狀，不只引起家長的焦慮，而且也模糊了兒童水上活動安全措施和預防溺水措施的重要性。近年來許多專家學者都撰文呼籲避免對於「乾式溺水」不必要的焦慮，而應該更重視兒童安全措施和溺水的預防和正確辨識溺水的相關症狀。

兒童溺水的症狀通常在溺水後立即出現，常見症狀包括喘息（gaspig）和呼吸困難，雖然有少數的個案可能在溺水後 4-6 小時才漸漸出現咳嗽加劇、呼吸急促、嘔吐、意識狀態改變（躁動、

嗜睡、昏迷)等症狀。如果出現上述症狀都應該立即就醫。

因此我們呼籲，比起對於「乾式溺水」的焦慮，家長更應該關注的是預防兒童溺水的相關措施，包括適當的成人在旁監督、儘早讓兒童學習水上活動安全知識及水上自救能力、照顧者學習兒童基本救命術等。以及不管任何時候兒童出現急症的危險症狀時，都應該就醫評估。如此，才能最大程度的確保兒童水上活動時的安全。

預防兒童溺水的相關措施	兒童急症的常見徵兆
<ul style="list-style-type: none">● 1-4歲幼兒及青少年是溺水的高危險群，應特別小心注意。● 幼兒戲水時成人應隨時保持在一隻手臂的距離內並時時注意兒童狀況、照顧者應保持專注並避免飲酒及過度使用手機。● 鼓勵兒童學習水上活動安全知識及自救技能。● 浮具、泳池警報器不能取代適當的成人陪同和監視。● 居家環境有蓄水容器、水池等應有圍欄或以不易開啟的方式加蓋。● 嬰幼兒洗澡應有成人全程陪同。● 鼓勵所有兒童照顧者學習兒童基本救命術。	<ul style="list-style-type: none">● 全身癱軟無力● 無法與人正常互動● 持續躁動無法安撫● 眼神渙散● 無法正常說話或嬰兒哭聲微弱● 呼吸費力或急促● 呼吸有異常聲音● 四肢冰冷、蒼白、肢端發紫● 活動力嚴重減退● 持續嘔吐或持續拒絕進食及喝水● 意識狀態改變(躁動、嗜睡、昏迷、抽搐)

參考資料

- Stern AM, Thompson LA. What Parents Should Know About Drowning and Dry Drowning. JAMA Pediatr. 2022;176(8):830.
<https://www.doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.1434>
- 臺灣兒科醫學會聲明稿：慎防溺水事件
https://www.pediatr.org.tw/people/edu_info.asp?id=22

急診醫學部主治醫師 朱彥儒