入浴中の突然死

2024年12月11日

『そもそも論』番外編の「入浴中の突然死」です。

12月6日の未明に俳優の中山美穂さんが浴槽の中で急死され、所属事務所から「検視の結果、不慮の事故によるもの」と公表されました。また、捜査関係者の話として「入浴中に溺れた」との情報もあります。突然死（院外心停止）に関して筆者が所属していた研究グループ（京大予防医療学教室、名大予防医学教室）の研究成果から関連する事項を紹介します。

浴室での突然死は稀ではなく、本邦の病院外心停止の13％を占め、全国で年間9000件程度発生しています（Figure 1）［文献1］。その半数近くが冬期に起きています。働き盛りの世代に限っても、突然死は「入浴中」が「トイレ中」や「運動中」と並んで所要時間が短い割には件数が多く、業務外突然死の5％あまりを占めています［文献2］。自宅での心停止はもともと救命率が低いのですが、入浴中はさらに低く、社会復帰できるほどに回復するのは発症者のわずか0.3％にとどまります（Figure 2）［文献1］。

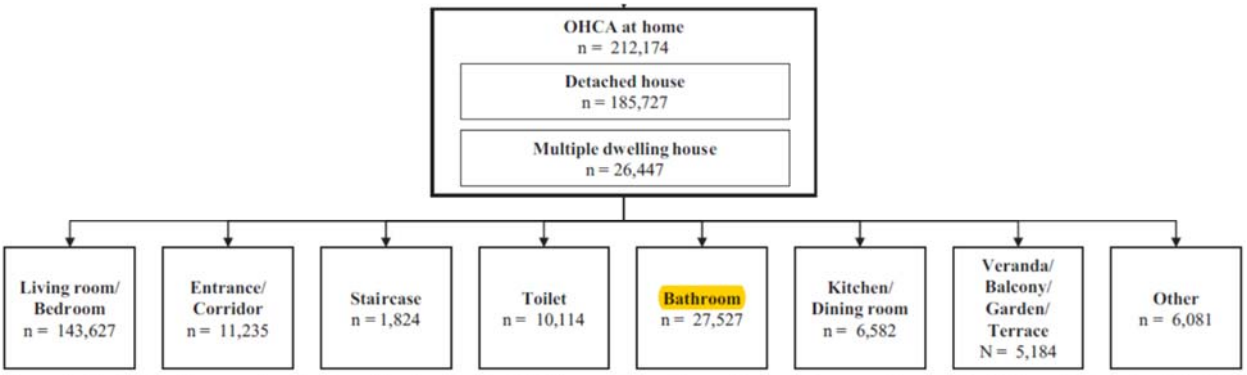

Figure 1. Study flowchart on the selection of patients with OHCA occurring at home in Japan between January 1, 2013, and December 31, 2015. EMS = emergency medical service; OHCA = out-of-hospital cardiac arrest.

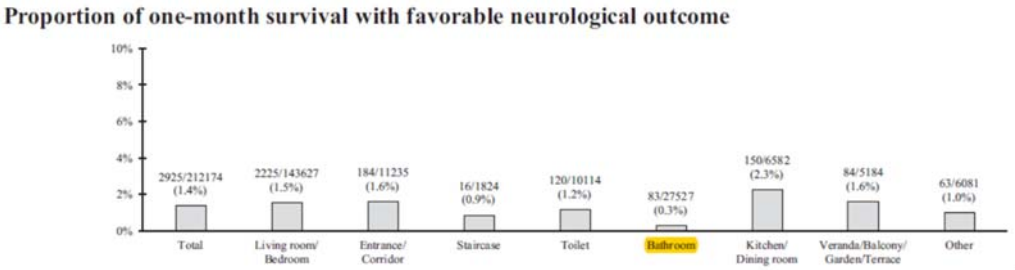

Figure 2. Outcomes in out-of-hospital cardiac arrest according to the location of arrest at home in Japan.

入浴中の死因の多くは「ヒートショック」（環境温度の急激な変化によって血圧が乱高下し、心筋梗塞などの心血管病変が誘発されること）とも言われていますが、飲酒後や睡眠薬服用後に入浴して浴槽内で眠ってしまい、溺死するということも少なくなさそうです。あるいは、浴槽から立ち上がった時の立ちくらみで転倒して頭部を強打するということもあるかもしれません。解剖すれば溺

死か、頭部外傷か、それ以外か判別できますが、今回はご家族の希望で解剖結果が公表されていませんので、それ以上の詮索はしません。

　このような出来事を防ぐために、(1)入浴に先だち、浴槽の蓋を開けて湯気を立たせ、脱衣室もファンピーターなどで温めておく、(2)多量飲酒後や眠剤服用後は入浴しない、(3)浴室では手摺りや浴槽につかまりながら頭を低くして(できれば「どっこいしょ」と声を出しながら)ゆっくり立ち上がる――といったことが推奨されます。

［1］Kiyoharaら、Am J Cardiol 2019
［2］Kawamuraら、Eur Heart J 1999