

過度の発汗を原因とした脱水症、脱水を伴う熱中症にも

軽度から中等度の脱水症に。
経口補水液 OS-1
オーエスワン®シリーズ



オーエスワン アップル風味
PETボトル (500mL/300mL)

オーエスワン
PETボトル (500mL/300mL)

オーエスワンゼリー
(内容量: 200g)

■ オーエスワン/オーエスワン アップル風味/オーエスワンゼリーが許可を受けた表示内容

オーエスワン/オーエスワン アップル風味/オーエスワンゼリーは、脱水症のための食事療法（経口補水療法）に用いる経口補水液です。軽度から中等度の脱水症における水・電解質の補給、維持に適した病者用食品です。下記の状態等を原因とした脱水症の悪化防止・回復、脱水症の回復後も下記の状態等における水・電解質の補給、維持にご利用ください。

- 感染性腸炎、感冒による下痢・嘔吐・発熱
 - 高齢者の経口摂取不足
 - 過度の発汗
- また、脱水を伴う熱中症にもご利用ください。

■ さらにオーエスワンゼリーが許可を受けた表示内容

オーエスワンゼリーは、そしゃく・えん下困難な場合にも用いることができますが、医師とご相談の上、ご利用ください。

■ 摂取上の注意

医師から脱水症の食事療法として指示された場合にお飲みください。医師、薬剤師、看護師、管理栄養士、登録販売者の指導に従ってお飲みください。食事療法の素材として適するものであって、多く飲用することによって原疾患が治癒するものではありません。

右記の1日当たりの目安量を参考に、脱水状態に合わせて適宜増減してお飲みください。

■ オーエスワンの電解質含有量比較

ナトリウム含有量は575mg(食塩 1.46g)	カリウム含有量は390mg
<p>味噌汁:1杯 (約150mL) = オーエスワン (500mL) = 梅干し:中1個 (梅肉 約8g)</p>	<p>100% オレンジジュース:1杯 (約200mL) = オーエスワン (500mL) = バナナ:1本 (約100g)</p>

文部科学省 日本食品標準成分表2020年版(1訂)より (https://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/mext_01110.html) 2023年2月現在

OS-1 LINE
公式アカウント
友だち募集中!



友だち追加はこちら

知っていますか?

夏の熱中症対処方法

監修：国士舘大学大学院救急システム研究科 教授 田中秀治

「熱中症」は気温や室温が高い中、体温の調節機能が十分に働かなくなって体温が上昇し、さまざまな症状を起こす病気です。また、発汗によりカラダの水と電解質（塩分など）のバランスが崩れると「脱水」を伴います。家の中でじっとしていても、部屋の温度や湿度が高いために「熱中症」になることが報告されています。「熱中症」が起こる要因と、その対処方法を解説します。

熱中症が起こる原因 ～原因は一つではありません～

環境

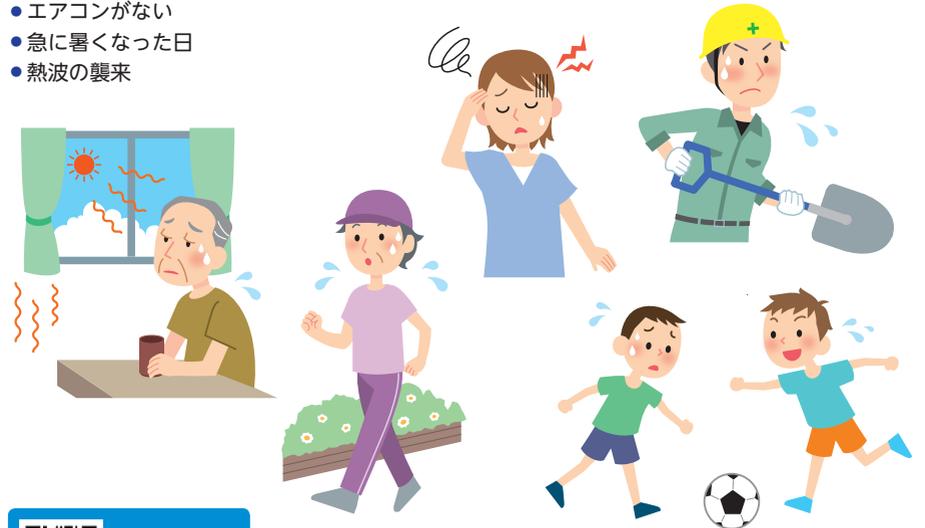
- 気温が高い
- 湿度が高い
- 風が弱い
- 日差しが強い
- 閉め切った室内
- エアコンがない
- 急に暑くなった日
- 熱波の襲来

カラダ

- 高齢者、乳幼児、肥満
- 持病(糖尿病、心臓病、精神疾患など)
- 低栄養状態
- 脱水状態(下痢、インフルエンザなど)
- 体調不良(二日酔い、寝不足など)

行動

- 激しい運動
- 慣れない運動
- 長時間の屋外作業
- 水分補給がしにくい



冊子の内容は
こちらより
ご覧いただけます



販売者 株式会社大塚製薬工場 販売提携 大塚製薬株式会社
OS-1に関するお問い合わせ先：(株)大塚製薬工場 お客様相談センター ☎0120-872-873
許可なく本資料・イラストを転載、引用、複製、改変、第三者へ提供することを禁じます。

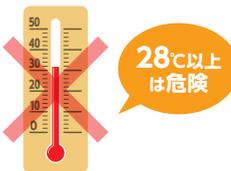
2023年3月改訂 OSG4423C02 (8437) KK

参考資料：熱中症環境保健マニュアル2018 環境省環境保健部環境安全課

暑さを避け、脱水対策を!

暑さ対策

- 室温は28℃を超えないように、エアコンや扇風機を使いましょう。
- 外出するときは涼しい服装で、日よけ対策をしましょう。
- 無理をせず、適度に休憩しましょう。
- 暑さにカラダを慣らしていきましょう。



脱水対策

- 気温が高く、汗をかいているときは喉が渇いてなくても、水と電解質(塩分など)をこまめに補給しましょう。
- 栄養バランスのよい食事をしっかりととりましょう。
*人は1日に必要な水分の約半分を、食事から摂取しています。
- 日頃からカラダを動かして、体力づくりをしましょう。
*筋肉は、カラダの水分を貯めるタンクの役割をしています。



熱中症の分類と対処方法

重症度	症状	対処	医療機関への受診
I度	めまい、立ちくらみ、こむら返り、大量の汗 足がつる	涼しい場所へ移動、安静、水、電解質(塩分など)補給	症状が改善すれば受診の必要なし
II度	頭痛、吐き気、カラダがだるい、カラダに力が入らない、集中力や判断力の低下 吐き気	涼しい場所へ移動、カラダを冷やす、安静、十分な水、電解質(塩分など)の補給、かならず誰かが付き添うようにしましょう	口から飲めない場合や症状の改善が見られない場合は受診が必要 ためらうことなく救急車(119)を要請
III度	意識障害(呼びかけに対して反応がおかしい・会話がおかしいなど)、けいれん、運動障害(普段通りに歩けないなど)、高い体温 けいれん	涼しい場所へ移動、安静、カラダが熱ければ保冷剤などで冷やす濡れタオルをかけ風を送るなどでカラダを冷やす	+ ためらうことなく救急車(119)を要請

熱中症の症状が出たとき(意識がしっかりしている場合)

- 涼しい場所(日かげ)へ移動し、衣服をゆるめて安静にする。
- エアコンをつける、扇風機やうちわなどで風をあててカラダを冷やす。



経口補水療法

経口補水液を飲んで脱水症を改善させる方法です。経口補水液は、水と電解質(塩分など)を速やかに吸収・補給できるように成分が調整された飲料です。軽度から中等度の脱水症や脱水を伴う熱中症のときは、経口補水液を飲みましょう。

