

OS-1 vol. 2

オーエスワン脱水ジャーナル

JOURNAL

季節が変われば「汗」も変化する？

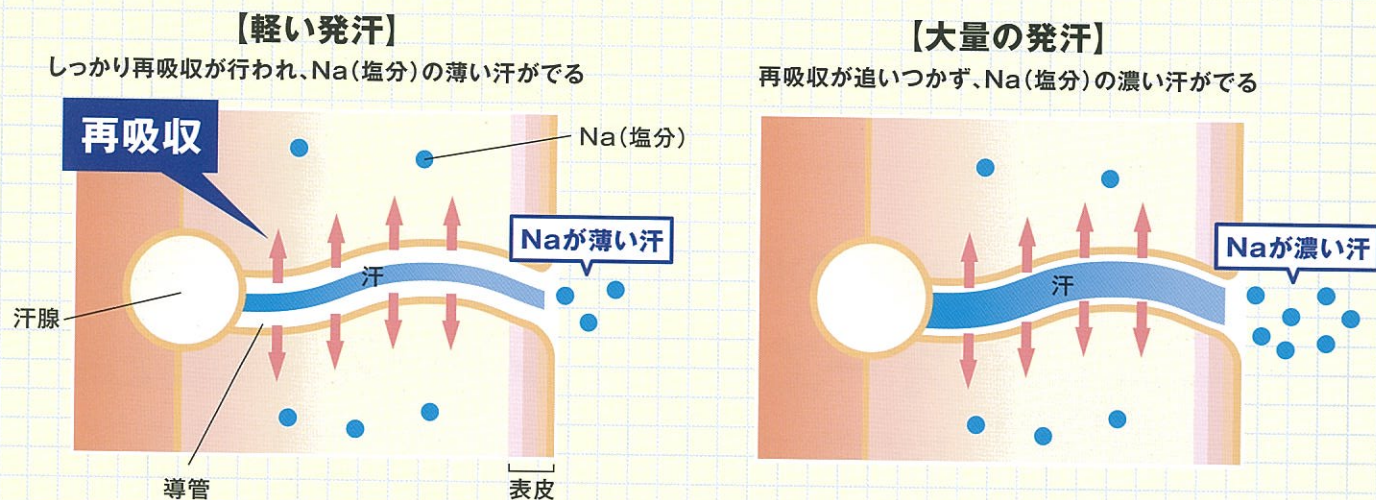
季節の変わり目は体にとっても変化が訪れやすい時期。暑さが本格的になってくるこれからの季節は、暑い気候に体がまだ慣れていなかったり、過ごしやすくなったからといって、急な運動でたくさんの汗をかいてしまったり、特に注意が必要です。

そこで今回は汗とNa(塩分)濃度についてご紹介。同じようにみえる汗でも、実は大きな違いがあるのです。体から出る水分が違えば、体に摂り入れる水分にも注意することが重要です。

暑くなり始めと『大量の発汗』は要注意!

● ご存知ですか?汗のかき方によってNa(塩分)濃度は変化します。

軽い発汗であれば、Na(塩分)の薄い汗が出ます。これは、汗腺で作られた汗の塩分が導管で再吸収されるためです。しかし、大量の汗をかくと出て行く塩分の量に対して再吸収が追いつかず、塩分の濃い汗になります。そのため、汗をかく量が増えるにしたがって、塩辛く感じるようになるのです。



過度の発汗で多くのNa(塩分)を失った脱水状態時には
水分と塩分(電解質)のバランスを考慮した**経口補水液**が適しています!

使ってみよう!
ひとこと
アプローチ

「かく汗にも違いがあるってご存知ですか?」

「たくさん汗をかいた時、塩分の補給を意識してますか?」



近年は熱中症意識の高まりもあり、発汗時の塩分補給を意識される方もだいぶ増えてきました。しかし、暑さが本格的になる前にも注意が必要な場合があります。医療の現場から、多くの方に役立つ情報を発信していきましょう。

OS-1 経口補水液
Oral Rehydration Solution
オーエスワン®
シリーズ



体が知ってる大切な水と電解質

脱水状態時に 経口補水液



許可表示
 オーエスワンは、電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液です。軽度から中等度の脱水状態の方の水・電解質を補給・維持するのに適した病者用食品です。感染性腸炎、感冒に伴う下痢・嘔吐・発熱を伴う脱水状態、高齢者の経口摂取不足による脱水状態、過度の発汗による脱水状態等に適しています。

無果汁

経口補水液 **OS-1** Oral Rehydration Solution

オーエスワンシリーズ

ゼリータイプ



オーエスワンゼリー／内容量：200g
 メーカー希望小売価格 190円（税抜）

オーエスワンPETボトル／内容量：200mL
 メーカー希望小売価格 133円（税抜）

オーエスワンPETボトル／内容量：500mL
 メーカー希望小売価格 190円（税抜）

■成分分析表

成分	オーエスワン100mL当たり オーエスワンゼリー100g当たり
エネルギー	10kcal
タンパク質	0g
脂質	0g
炭水化物	2.5g
ナトリウム	115mg (5mEq) (食塩相当量 0.292g)
ブドウ糖	1.8g
カリウム	78mg (2mEq)
塩素	177mg (5mEq)
マグネシウム	2.4mg
リン	6.2mg

■関与する成分の濃度

成分	オーエスワン・オーエスワンゼリー
Na ⁺	50mEq/L
K ⁺	20mEq/L
Cl ⁻	50mEq/L
ブドウ糖	1.8%

■原材料名

【オーエスワン】

糖類（ブドウ糖、果糖、コーンシラップ）、食塩、乳酸Na、塩化K、乳酸、硫酸Mg、リン酸Na、グルタミン酸Na、香料（一部にオレンジ由来の成分を含む）、甘味料（スクラロース）

【オーエスワンゼリー】

ブドウ糖、食塩、ゲル化剤（増粘多糖類）、乳酸Na、塩化K、乳酸、硫酸Mg、リン酸Na、グルタミン酸Na、甘味料（スクラロース、アセスルファムK）、香料（一部にオレンジ由来の成分を含む）

〈オーエスワンが許可を受けた表示内容〉

●オーエスワンは、電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液です。軽度から中等度の脱水状態の方の水・電解質を補給・維持するのに適した病者用食品です。感染性腸炎、感冒による下痢・嘔吐・発熱を伴う脱水状態、高齢者の経口摂取不足による脱水状態、過度の発汗による脱水状態等に適しています。

〈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、電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液です。軽度から中等度の脱水状態の方の水・電解質を補給・維持するのに適した病者用食品です。感染性腸炎、感冒による下痢・嘔吐・発熱を伴う脱水状態、高齢者の経口摂取不足による脱水状態、過度の発汗による脱水状態等に適しています。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、ご使用下さい。

〈摂取上の注意〉

下記の1日当たり目安量を参考に、脱水状態に合わせて適宜増減してお飲み下さい。

- 学童～成人（高齢者を含む）：500～1000mL(g)／日
 - 幼児：300～600mL(g)／日
 - 乳児：体重1kg当たり30～50mL(g)／日
- ※gは、オーエスワンゼリーのみに適用する。

医師から脱水状態時の食事療法として指示された場合に限りお飲み下さい。医師、看護師、薬剤師、管理栄養士の指導に従ってお飲み下さい。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。

個別評価型病者用食品とは、特別用途食品のうちで特定の疾病のための食事療法上の期待できる効果の根拠が医学的、栄養学的に明らかにされている食品として消費者庁が許可した食品です。



詳しくは、店頭リーフレットまたはホームページをご覧ください。

<http://www.os-1.jp>

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