



熱中症のはなし



日 本 の 夏

日本の夏は、気温と湿度が高いため、世界的にみてもかなり過酷な環境のようです。そのため、過度の発汗による脱水の危険と隣り合わせ。

なかでも体力の弱いお年寄りや、幼児を抱えるご家庭ではいっそうの注意が必要です。



《主な原因》

- ① 気温、湿度が高く風が弱い
- ② 下痢、発熱などの体調不良
- ③ 心機能、腎機能の低下
- ④ 暑い環境にたいして、身体が順応していない

症 状

脱 水 症 状 症

日常生活でできる予防法

- 1 直 射 日 光 を さ け る
→ 帽子や日傘を使うと良いでしょう
- 2 こ ま め に 水 分 補 給 を す る
→ 水分補給にはOS1がおすすめてです
- 3 体 温 調 節 の で き る 服 装 を 選 ぶ
→ 吸水、速乾性のある衣服がおすすめてです



電 解 質、糖 質 の バ ラ ンス に 優 れ、 吸 収 の 良 い 大 塚 製 薬 O S 1

高 齢 者 の 食 欲 不 振
に よ る 脱 水 状 態 に
お ス ス メ ！

下 痢、嘔 吐、発 汗
を 伴 う 脱 水 状 態 に
過 度 の 発 汗 も



消 費 者 庁 許 可
個 別 評 価 型
病 者 用 食 品

部 活 や ス ポー ツ 時
の 水 分 補 給 に ！