

経口補水液ってなに？



経口補水液は、**感染性胃腸炎による下痢・嘔吐に伴う脱水状態の際に、水と電解質※の補給のために利用できる食品**です。

特別用途食品の1つであり、左記のマークも表示されています。

※ 主な電解質としてナトリウムイオンやカリウムイオン等があり、体液の浸透圧を調節したり、神経や筋肉の興奮伝達に関与したりするなど、身体にとって重要な役割を果たしています。

経口補水液は、医師、管理栄養士等と相談し、指導に沿って使用することが適当です。

こんな方に

- ✓ 医師から感染性胃腸炎による下痢・嘔吐の脱水状態として、使用することを指示された方

どんな食品なの？

- 経口補水液は、水と電解質とブドウ糖から構成されています。
- これらを小腸で素早く吸収できるように、各成分の組成が決められており、脱水によって身体から失われた水や電解質を経口的に補うことができます。

どんな点に注意したらいいの？

- 経口補水液は、脱水状態でない方が日常の水分補給として飲むものではありません。
- 医師からナトリウム又はカリウム摂取量の制限を指示されている場合は、必ず医師と相談し、指導に沿って使用してください。
- 医師や管理栄養士等と相談し、指導に沿って使用することが適当です。
- 許可基準型病者用食品の経口補水液とは別に、脱水を伴う熱中症にも有効な経口補水液を個別評価型病者用食品として国が許可をしています。 医師や管理栄養士等とも相談しながら、商品に表示されている情報をよく見て、使い分けてください。

経口補水液をもっと詳しく

栄養成分等の基準

成分等	組成
ナトリウム	92~138mg/100mL
カリウム	59~98mg/100mL
塩素	106~212mg/100mL
ブドウ糖	1.00~2.60g/100mL
製品のモル濃度比 (ナトリウム：ブドウ糖)	1：1~1：3.5
製品の浸透圧	300mOsm/L以下

必ず表示されている事項



経口補水液

- 「経口補水液」を意味する文字
- 医師から感染性胃腸炎による下痢・嘔吐の脱水状態として指示された場合に限り用いる旨
- 食事療法の素材として適するものであって、多く摂取することによって疾病が治癒するというものではない旨
- 摂取時の使用上の注意等に関する情報
- 医師、管理栄養士等の相談、指導を得て使用することが適当である旨
- 医師からナトリウム又はカリウム摂取量の制限を指示された場合にあっては、必ず医師の相談又は指導を得て使用する旨
- 1包装当たり及び100mL当たりのナトリウム（食塩相当量に換算したもの）、カリウム、塩素、ブドウ糖、製品のモル濃度比（ナトリウム：ブドウ糖）、及び浸透圧

このほかにも、食品の表示には、アレルギー、賞味期限、原材料、保存方法などの大事な表示があります。表示をよく見て選ぶことが重要です。

実際の商品の詳細は、容器包装上の表示や、各メーカーのウェブサイトをご確認ください。



【経口補水液に関する問合せ先】

消費者庁食品表示企画課 特別用途食品担当 TEL:03-3507-8800（代）

消費者庁ウェブサイトは[こちら](#)