

体の中の水分



小児
約70%



一般成人
55~60%



高齢者
50%



※小児の水分割合は多いのですが、体が小さい為、保持している水分量は少なくなります。また、体表面積の割合が多い為、皮膚から水分が蒸発しやすく、脱水になりやすいです。

※高齢者は体の中の水分量が少ない上に、喉の渇きを感じにくく、脱水には注意がひつようです。