



目薬のお話

毎年10月10日は「目の愛護デー」です。「10・10」を横にすると、眉と目の形に見えるからです。

<点眼液の使い方>	<眼軟膏の使い方>
<p>1) 手・指を石鹸でよく洗い清潔にします。 雑菌等で、目や目薬が汚染するのを防ぎます。</p> <p>2) 「振ってから使用してください」と言われた目薬は、キャップを外す前に振ります。</p> <p>3) 下まぶたを軽く引き、目薬をさします。特に指示がなければ、1滴で十分です。 目薬の容器の先がまぶたや睫毛につかないように注意。</p> <p>4) 点眼後は、しばらく(1分くらい)目をつぶるか、軽く目頭を押さえます。 目薬が鼻や口へ流れ出るのを防ぎます。</p> <p>5) 目の周りの皮膚にあふれた目薬は、清潔なティッシュで拭き取りましょう。 皮膚がかぶれてしまうのを予防します。</p>	<p>眼軟膏は、薬を目に入れる場合と、まぶた等目の周りに塗る場合があります。ここでは、前者について説明します。</p> <p>1) 手・指を石鹸でよく洗い、眼軟膏のチューブの先を清潔なティッシュで拭きます。</p> <p>2) 鏡を見ながら、下まぶたを軽く引き、チューブを少し押し、下まぶたに薬をつけます。</p> <p>3) まぶたを閉じて、軟膏が全体に広がるまで待ちます。</p> <p>4) チューブの先を清潔なティッシュで拭き、キャップをします。</p>



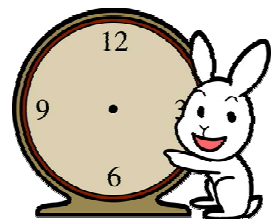
イラスト：参天製薬株式会社「患者さん向け目薬のさし方」より抜粋

【点眼の間隔と順序】

- 目薬を2種類以上同時に使う場合、5分以上点眼の間隔を開けます。
目薬を同時にさすと、目から流れ出てしまいます。目薬が目には吸収される時間を考えて5分以上開けるようにしましょう。
リズモンTG、チモプトールXE、ミケランLA、エイゾプトなどは、水に溶けにくく吸収されにくいので、10分程度開けましょう。
- 医師から点眼する順序が指定された場合は、必ず、それを守ります。
- 特に指示がなければ、5分以上の間隔を開ければ、順番は気にしないで大丈夫です。
- 上記の目薬や、よく効かせたい目薬(緑内障など)は、最後に点眼するとよいと言われています。
- 点眼薬と眼軟膏を同時に使う場合は、点眼液 眼軟膏の順番で使いましょう。

【保管方法】

- 「冷所で保存」の場合は、冷蔵庫で保管してください(凍らせないように)
- 一般的には、光の当たらない涼しい場所に保管しましょう。
- 目薬に遮光の小袋がついている場合は、必ず、それに入れましょう。
光に弱い目薬もあるためです。



【使用期限】

- 容器に記載されている使用期限は、未開封の場合の期限です。
- 開封後は、速やかに使いましょう。医療用目薬は約1ヶ月、市販の薬は約3ヶ月が限度です。
- ソフトサンティアは防腐剤が入っていないので、開封後10日を過ぎたものは、使わないように。