



貼り薬の貼り方

今回は、痛みや炎症を和らげる貼り薬について、貼り方を説明します。
指示された貼り方(貼る回数や枚数、貼る場所等)を守りましょう。

種類

タイプ	皮膚を刺激する貼り薬		成分が皮膚から吸収されて 効果が出る薬
	冷感タイプ	温感タイプ	
主な成分	サリチル酸メチル	トウガラシエキス	ジクロフェナクナトリウム
	ハッカ油(L-メントール)	(カプサイシン)	ケトプロフェン、インドメタシン
特徴	冷感を刺激し冷却効果	温感を刺激し血行を促進	消炎鎮痛作用が強い
	臭いがある		臭いは少ない

湿布剤とテープ剤

湿布剤	ぶ厚い	水分を多く含み、冷却効果が高い。粘着力が弱い。
テープ剤	薄い	油性性の高分子素材で、粘着力が強い。

< 貼り薬を上手に貼るには >

- ・ 皮膚を清潔にして汗などを拭き取って貼ります。入浴後30分くらい経ってから貼るのがお勧めです。
- ・ テープ剤は、剥がす際、皮膚の表皮まで剥がさないように、そっと剥がしましょう。皮膚の弱い方は貼り薬を水で濡らして、端から少しずつ剥がすのも一方法です。
- ・ かぶれ易い体質の方は、貼る場所を少しずらしたり、数時間貼らない時間帯を作ることも有効。湿布の場合は、患部にガーゼを当てて、その上から貼るのも一つの方法です。
- ・ 保存の際は、直射日光や高温多湿を避け、外気になるべく触れないよう、袋の取り出し口を折り曲げて保管するとよいでしょう。

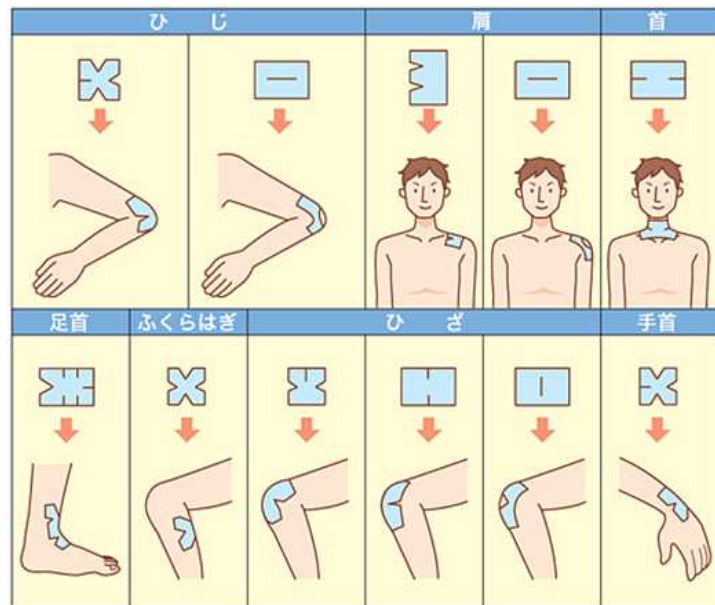
ケトプロフェンを含むものは、光線過敏症防止のため、
長袖、サンスクリーンで紫外線を避けましょう。
(特に 5～9月) 剥がした後も 4週間注意。

< 貼り薬をぴったり貼るコツ >

湿布やテープ剤は、体を動かしているうちに剥がれやすくなってしまいます。

紙テープなどで固定してもよいですが、湿布を貼る前(セロファンを剥がす前)にハサミで切れ目を入れると貼りやすく、剥がれにくくなります。

- ・ 背中や腰などの平らな部分には、貼り薬の四隅を切り落とすと剥がれにくくなります。
- ・ 肩、首、ひじ、ひざ、足首などには、右図のように切り込みを入れるとよいでしょう。



(ノバルティスファーマ株式会社「リチェッタ」より)

- ・ 背中に貼るときなど、「くっついてグチャグチャになってしまいうまく貼れない」との声を聞きます。一人でうまく貼れる道具「しっぷ貼り ひとりでペタンコ(旭電機化成)」(写真)などもあります。



(左写真は旭電機化成様からの許可をいただき掲載しました)