



# 点眼薬の使い方

点眼薬の使い方を間違えると、かえって目の状態を悪化させる可能性もあります。正しい使い方を理解し、適切に使用しましょう。

## 基本的な使用方法

### ① 手を洗う

手をせっけんと流水でよく洗います。

### ② 点眼する

下まぶたを軽くひき点眼します。その際、まぶたやまつ毛に容器の先が触れないようにします。1回に1滴だけ、または指示された滴数を点眼してください。



通常の点眼の図

Copyright: Santen Pharmaceutical Co., Ltd.

### ③ ふき取る

まぶたを閉じて、あふれた液を清潔なティッシュなどでふき取ります。まばたきはしないように気を付けてください。

### ④ まぶたを閉じて待つ

1～5分まぶたを閉じるか、涙嚢部を指先で軽く押さえます。ただし、手術後などは押さえず、まぶたを閉じるだけの場合もありますので、医師の指示に従ってください。

※涙嚢部…目頭のやや鼻よりの箇所

点眼する時に、手がぶれて液が外れてしまう、まつ毛などに容器の先が当たってしまうという方は、**げんこつ法**を試してみてください。

## げんこつ法

片手でげんこつを作り、げんこつの状態で下まぶたをひきます。げんこつの上に点眼薬を持った手をのせることで、ぶれずに点眼できます。



げんこつ法による点眼の図

Copyright: Santen Pharmaceutical Co., Ltd.

## 点眼時によくある間違い

- 容器の先を目頭や目尻、まぶたにあてて点眼している  
容器の先から薬液が汚染されてしまい、効果が十分に発揮されない、または感染の可能性もあります。
- 点眼後にまばたきをする  
まばたきをすると、薬液が目から鼻に流れて、十分に効果が発揮されません。
- 目の周りに落ちた薬液を目に流し込んでいる  
皮膚には、汚れや細菌などの異物が付着しており、一緒に目に流し込んでしまいます。

## 点眼する際の注意事項

- 指示された用法・用量は守りましょう。
- コンタクトレンズを使用している方は、点眼薬が使えるかどうか医師・薬剤師に確認してください。
- 懸濁性点眼薬を点眼する場合はよく振ってから使用しましょう。
- 点眼薬開封後の使用期限は、処方薬であれば1か月、市販薬であれば3か月を目安にしてください。ただし、薬液に浮遊物や濁りがでてきた場合は、期間内でも使用しないでください。
- 複数の点眼薬を使用する際は5分以上の間隔をあけましょう。点眼薬の種類によっては10分以上の間隔が必要な場合もあります。必要な時間間隔や、使用する順番については医師・薬剤師の指示に従ってください。
- 点眼薬は、キャップをしっかりと閉めて、直射日光を避けて保管してください。指示があった場合は冷蔵庫などで保管してください。

【参考サイト】 目薬(点眼液・眼軟膏)の使い方 | 参天製薬  
<https://www.santen.co.jp/ja/healthcare/eye/eyecare/eyelotion/>