Pharmarise HOLDINGS
2023年 5月号 月刊
Pharmacy Press
薬局新聞
5 2023 May
薬の使いかた

塗り薬の使い方

塗り薬は皮膚に直接塗って薬の効果を得るという、飲み薬とはまた違った形の薬になります。かゆみ止めや保湿、痛み止めなど多くの薬があり、簡便に使用できる薬剤のひとつですが、正しく使用しないとうまく薬の効果を引き出すことができません。
今回はそんな塗り薬の使い方についてご紹介します。

塗り薬の種類

塗り薬には軟膏、クリーム、ローションなどといったさまざまなタイプがあります。それぞれ特徴があるため、医師が患者さんの患部を確認し、現在の状態に適した塗り薬を選択していきます。

	特徴	刺激性	ベタつき	使用に適した患部
軟膏	・保湿力が高い ・皮膚の保護が可能	弱い	強い	・どんな状態の患部にも使用可能
クリーム	・伸びがいい ・さらっとした使用感だが汗や摩擦などで落ちやすい	軟膏より強い	ベタつきにくい	・乾燥している患部 ・傷やジュクジュクした患部には適さない
ローション	・液体状でさらっとしていて伸びがいい	軟膏より強い	ベタつきにくい	・軟膏やクリームなどが塗りにくい頭皮など ・傷やジュクジュクした患部には適さない

塗り方

塗り薬の塗り方としては「塗布（トフ）」と「塗擦（トサツ）」の2種類あり、薬によって使い分けます。

- 塗布（トフ）… 優しく伸ばして塗るだけ(こすらない)
  → ステロイド外用薬(かゆみ止め) など
- 塗擦（トサツ）… 塗りながら擦り込む
  → 保湿剤や消炎鎮痛剤(痛み止め) など

塗擦（トサツ）は擦り込みをすることによって体内に吸収されやすくなり、高い効果を得られますが、あまり力強くこすりすぎてしまうと皮膚を傷める原因にもなるので繰り返し擦り込むように優しく塗るようにしましょう。

塗る順番

複数の塗り薬が処方されている場合、医師から指示された順番を守って塗りましょう。もし、指示が特になかった場合は、一般的には塗る面積の広い方から塗ります。保湿剤などの広い範囲に満遍なく塗る薬を先に、ステロイドや抗菌薬などピンポイントで塗る場所が決まっている薬は、不要な場所に塗り広げないために後に塗るようにしましょう。しかし、軟膏やクリームなど塗り薬の種類によっては順番が異なることもありますのでわからないときは医師や薬剤師にお尋ねください。

保管方法

塗り薬は光や温度に影響を受けるものがあるため、保管の際は直射日光、高温を避けて保管するようにしましょう。一般的には室温(1-30℃)で保管しますが、薬の中には冷所保存(1-15℃、薬によっては別途指定があり)のものもあるため、注意が必要です。冷所保存の場合は凍結を避けて保管するようにしましょう。また、高温環境(夏の車内など)で溶けてしまった塗り薬は薬としての効力が約束されないため、使用しないようにしてください。

【参考】
・皮膚科Q&A：日本皮膚科学会
・ヒフシルワカル：シオノギヘルスケア