

道後店 Q&A

正しい目薬の差し方

1. まず、石けんで手指をきれいに洗いましょう。
2. 次に、目薬の先端にさわらないように注意しながらキャップをはずして下さい。
(注: 懸濁型の点眼薬は、よく振ってから使用して下さい。)
3. 目薬の先端を点眼する方の目の位置に固定します。この時、目薬の先端が目やまつげに直接触れないように注意して下さい。
4. もう一方の手の人差し指で、下まぶたを押し下げてポケットを作ります。
5. 1回に1滴ずつ出るように、そっと点眼瓶に圧力を加えます。点眼滴数は種類によって異なるので、医師又は薬剤師の指示に従いましょう。
6. 点眼後は静かにまぶたを閉じて、まばたきをしないで約1分間、目をつぶるか軽く目頭を押さえます。あふれた点眼液は清潔なタオルやティッシュなどで拭き取して下さい。(注: 2種類以上の目薬を使用する場合には、間隔を5分以上あけて点眼して下さい。)
7. 目薬を使い終わったら、その目薬の貯法(冷所保存・遮光袋)に従って保管しましょう。特に保存についての注意がなくても、直射日光をさけ、なるべく涼しい所にしっかりふたをして保存しましょう。
8. 家族や友達など、他の人の使っている目薬は使わないで下さい

目薬は、まぶたに近づけてさすと確実？

目薬がうまく入らないと、つい、まぶたに近づけてさしていませんか？目薬の容器の先が、まぶたやまつげに触れると、めやにや細菌が目薬の中へ混入してしまいます。目薬の容器の先は、指で触れたり、まぶたやまつげに付けるのは禁物です。目に触れないようなさし方を心掛けて下さい。

夜寝る時、目薬をさしてはダメ？

昔の目薬は、今と違い「収斂剤」という薬が使われていました。この薬は、寝る時にさすと、寝ている間に組織を引きしめて、傷や炎症を固定してしまい、他の薬が効きにくくなります。今では、この種類の薬は製造されていないので、心配はいりません。目薬のさし方は、症状によりさまざまです。医師の指示を守ることが大切です。

目薬は冷蔵庫に入れておくと長持ちするし、さし心地が良い？

医療用の目薬は、温度指定や保存条件が書かれているものもあるので注意が必要です。目薬を冷蔵庫に入れておくと成分の分解を抑え、変質を防いでくれるという安心感がありますが、反対に長期間入れておくと、成分が結晶化したり細菌が繁殖したり変質していることもあります。目薬に表示されている使用期限は、開封前の使用期限なので、保管方法や使用期限については、医師又は薬剤師の指示を守ることが大切です。目薬を冷やすとさし心地が良く、確実に目に入ったこともわかります。しかし、炎症がある場合や、ドライアイがあると、冷やすことで目への刺激になることもあるので注意が必要です。

目薬をたくさんさせば速く治る？

実は、目薬は1回に1～2滴させば十分なのです。1度にたくさんさしても効果は変わりません。かえって目からあふれた目薬で、目の周りがかぶれることがあるので注意が必要です。目薬をさすと、目薬が目頭から鼻を通過のどに流れるため、目薬を多少飲んだ状態になります。目薬の種類によっては口の奥が苦くなったり、全身に副作用を起こす場合もあります。目薬をさす時は、必ず眼科医又は薬剤師の指示を守って下さい。

2種類以上の点眼薬を使用する場合

- 【点眼間隔】
- 2種類以上の点眼薬を使用する場合は、**間隔をあけて点眼をしないと先に点眼した薬剤の効果が減少してしまいます。**各点眼薬の点眼間隔を5分以上開けることが望ましいでしょう。
- 【点眼順序】
- 先に述べたように2種類以上の点眼薬を使用する場合、5分以上の点眼間隔を開けることで相互の影響は少なくなると考えられるので、特に順序に決まりはありません。あえて点眼順序をつけるとすると、
 - ◆ 原則として、よく効かせたい方の目薬を後に点眼して下さい。
 - ◆ 懸濁型点眼薬は一般に水に溶けにくく吸収されにくいので、後から点眼して下さい。
 - ◆ 点眼薬と眼軟膏を併用して使用する場合は、眼軟膏は水性点眼液をはじいてしまうので、眼軟膏を後から点入して下さい。（特に医師から指示が出ている場合にはそれに従って下さい。）