

点眼薬の正しい使い方

ひかりが丘薬局

H22 8月号

正しい点眼方法

- ① 点眼前に、手をきれいに洗う。
- ② 目の周りを清潔なタオルやティッシュで拭く。
- ③ 顔を上にあげ、指で下まぶたを下げ、容器の先がまつ毛や目に直接触れないようにして1～2滴点眼する。
- ④ 点眼後、清潔なタオルやティッシュで目からあふれた液を拭き取る。
- ⑤ 1～5分まぶたを閉じ、目頭を押さえる。

点眼薬の使用における注意点

「点眼する時の目薬と目の間隔は？」

点眼容器が雑菌から汚染されることを防ぐ為に、点眼容器の先がまつ毛や目、まぶたなど体の一部に触れないように1cm以上離しましょう。

「1回の滴下量は？」

目に入る点眼薬の液量は、1滴の内の6割程度であり、残りの4割はあふれ出てしまうので、1回の点眼につき1滴で十分です。

「複数の点眼薬を使用する時は？」

1つ目を点眼した後、すぐに2つ目を点眼すると先に点眼した薬液が流れ出てしまうので、各点眼薬の効果を十分に得る為にも5分以上間隔を空けて点眼しましょう。但し、点眼薬によっては10分以上間隔を空ける必要のあるものもあります。また、順番についても注意点があり、懸濁性のもの（濁っているもの）や、粘性のあるもの（ネバネバしているもの）は、最後に点眼するようにしましょう。

「点眼をし忘れた時は？」

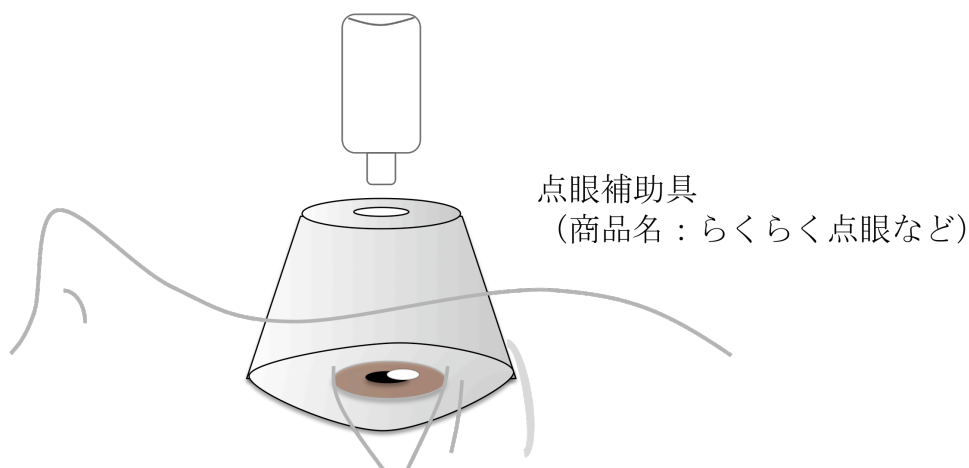
気がついた時にすぐ1回分を点眼しましょう。しかし、次に点眼する時間が近い場合には点眼せずに、次の通常的时间に1回分を点眼し、1度に2回分を点眼しないように気をつけましょう。

「点眼後のまばたきは？」

点眼した後、パチパチとまばたきをすると薬液が流れ出てしまうので、点眼後の必要以上のまばたきは控えましょう。

「点眼薬が目に入ったかはっきりしない時は？」

余分な点眼液はあふれてしまうので、うまく目に入ったかわからない時には時間を置かず、確実に入るまで1滴ずつ点眼しましょう。また、どうしてもうまく点眼できないという方は、点眼補助具を使用すると良いでしょう。



「早く治す為には指定された回数よりも多く点眼した方が良い？」

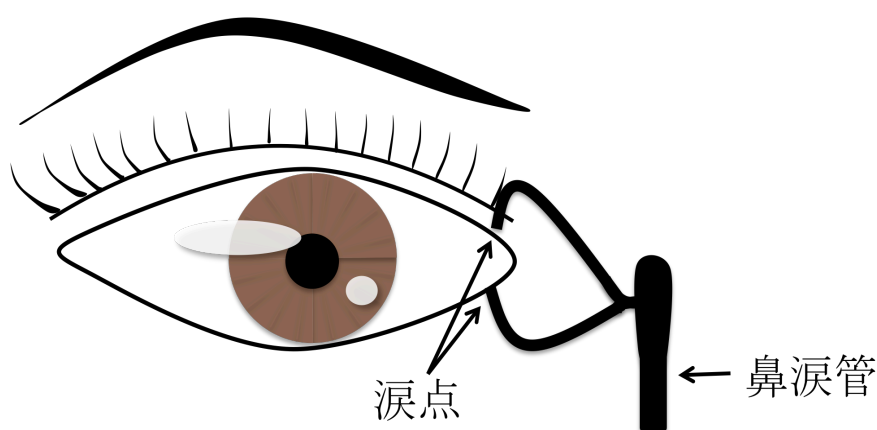
病気を早く治したいと思うあまり、指定された回数よりも多く点眼すると、充血やかゆみ、時には緑内障などの副作用が現れることがありますので、必ず医師の指定する回数を守って点眼しましょう。

「点眼後に異常を感じたら？」

目の前がもやもやして物が見えにくい、まぶしい、目の中がゴロゴロする、涙が出て止まらない、強くしみる感じが続いていつまでも痛みがある場合などは、使用を控えてすぐに医師に相談しましょう。

「副作用を予防する方法は？」

点眼後、一部の点眼液は涙点から鼻涙管を通して口に流れ込みます。長期間点眼を続ける場合には、この涙点から流れ込んだ薬剤によって副作用が起きる可能性があります。その為、副作用の予防には、点眼後に目を閉じて、1~5分ほどこの涙点を指で押さえることが有効とされています。但し、目の手術をした後の治療で点眼される方は、悪影響が及びかねないので、手術の傷が治るまでは、指で押さえず目を閉じるだけにしましょう。



「目薬の使用期間はどのくらい？」

記載されている期限とは、未開封の物に対する期限であり、特別な説明のない場合には、通常の使用期限は開封してからおよそ1ヶ月です。これは、空気に触れることで目薬が変質したり、水分が蒸発して目薬が濃くなったり、空気中の雑菌によって汚染される為です。また、濁りなどが見られる場合には、1ヶ月以内の物でも使用は避けましょう。

「コンタクトレンズを使っている時は？」

ハードコンタクトレンズや使い捨てのソフトコンタクトレンズであれば、特に問題はありませんが、使い捨てではないソフトコンタクトレンズを使用している場合は、レンズに涙と薬剤が吸着して、レンズが濁ったり薬剤の滞留時間が長くなることでかゆみなどの副作用を引き起こす可能性があります。その為、点眼する時には、レンズを外してから使用し、再びコンタクトレンズを着けるのは、10~15分ほど時間を空けてからにしましょう。

小児と点眼薬

「泣いた時には使用を控えたほうが良い？」

泣くと薬液のほとんどが涙で流れてしまうので、泣いている時には点眼を避けましょう。また、泣き止んですぐに点眼すると涙で薬剤が薄まり、十分な効果を得られないので避けましょう。

「どうしても嫌がる小児への点眼方法は？」

眠っている時に点眼する方法があります。

子供を仰向けにして、目頭に 1 滴点眼します。目をつむっていても目頭に点眼すれば良いので、無理にまぶたを開ける必要はありません。

「夏に流行するはやり目とは？」

はやり目とはウイルスによって引き起こされる目の感染症であり、プールでうつる夏の病気として知られています。主な症状には、充血やかゆみ、まぶたの裏側のぶつぶつなどがあります。このウイルスは、感染した目をこすることで手に付着し、その手で触った物を經由して子供だけでなく、大人にも感染します。その為、目をこすったり、顔を触るのを避けて、タオルやお風呂の湯の共用は控えるようにしましょう。そして、感染力の強いウイルスの為、疑わしい症状が現れた場合はすぐに眼科を受診しましょう。

ご質問等ありましたら、お気軽に薬剤師へ声をかけて下さい。