



健康ワンポイントアドバイス

塗り薬の使い方

塗り薬は、正しく使うことで効果を最大限に発揮します。適切な方法で安全に使用しましょう。

塗る前の準備

- 薬を塗る前は手をせっけんで洗い、清潔にしてください。
- 患部は、汗や皮脂などの汚れを取り除き清潔な状態にしてください。

塗り方の手順

- ①薬のチューブや容器から、医師や薬剤師に指示された量の薬を出してください。目安としては、人差し指の腹(指先から第一関節まで)に乗るくらい(約0.5g)で、大人の手のひら2枚分くらいの広さに塗れます。
- ②患部全体に、指の腹を使って薬を広げてください。強くこすりつけたり、擦り込んだりする必要はありません。薄く、均一にのばすイメージで優しく塗るのがポイントです。
- ③塗り終えた後は、薬が残らないように必ず手を洗い



ましょう。特に、目の周りや口の中に入らないように注意が必要です。

塗り薬を使う上での注意点

- 薬は、指示された回数と量を守って塗ることで効果を発揮します。自己判断で塗る回数や量を増やしたり、減らしたりしないでください。
- ほかの人との共用は絶対に避けてください。感染症の原因になることがあります。
- 高温多湿を避け、直射日光の当たらない涼しい場所で保管してください。子どもの手が届かない場所に保管しましょう。
- 塗った後に赤みやかゆみ、かぶれなどの症状が出た場合は使用を中止して、医師や薬剤師に相談してください。

【旭匠瑳薬剤師会】