

正しい点眼方法、ご存知ですか？

目薬の使い方で不安なことや困った事はありませんか？ 正しい点眼方法を理解していただくと目薬の効果が十分に発揮されて目薬を清潔に保つこともできます。ぜひ、正しい目薬のさし方を身につけましょう！

- ① 手を石けんでよく洗う



- ② 下まぶたを軽く引き、1-2滴を確実に点眼する。このとき、容器の先がまぶたやまつ毛に触れないように



- ③ 点眼後はしばらくまぶたを閉じるか目頭を軽く押さえる



- ④ あふれた点眼液は清潔なガーゼやティッシュで拭きとる。放置すると、接触皮膚炎の原因となります。



※緑内障治療点眼液の種類によっては、点眼後の拭きとりを忘れると、まつ毛が伸びたり、目の周りが黒くなる副作用が起こることがあります→忘れやすい方は洗顔前や入浴前に点眼するのもOKです。

点眼の注意点



容器の先を目に近づけすぎると、容器に涙や細菌・花粉・目やになどが付着し、目薬の汚染につながります。容器の中にも逆流してしまい、目薬の汚染につながります。

点眼後、目をパチパチさせると目薬が目の全体にいきわたるように思いがちですが、目薬が涙と一緒に、のどの方へ流れ出てしまいます。目薬をさしたあとは目をパチパチしないようにしましょう。

正しい用法・用量以上に目薬をささないこと。何滴も目薬をさしても効果は変わりません。あふれ出て流れ出ていくだけです。

小児への点眼

● 子供が泣いている時は、点眼を避けること。涙で点眼液が流されてしまい、十分な効果が期待できません。また、点眼を嫌ったりして動いてしまう場合、点眼容器の先で目を傷つけないように気をつけましょう。

● どうしても点眼時に目をつぶってしまうお子さんの場合、清潔な布などで目のまわりを拭いてから眼を閉じ、目頭付近に点眼し、そっと目を開く。（目薬が見えていると怖いけど、目を閉じてたら以外と平気！）

● また、寝ている間に点眼するのも一つの方法です。（子供が知らぬ間に。特に小さい子にはオススメ！）



お困りのことや不安なことなど何でも当薬局にご相談ください