



けんこう福袋



2022年
3月
第36号

Warm Pharmacy
LUCKY BAG
ぬくもりの薬局
ラッキーバッグ株式会社
〒996-0021 山形県新庄市常葉町1-32
TEL. 0233-29-8177

今月の
テーマ

あなたはどうか？正しい点眼方法

花粉が飛散する時期になりましたね。目が痒くなり、点眼薬を使用することが増えるという方もいらっしゃるのではないでしょうか。皆さんは、正しい点眼方法をご存じですか？



例えば、たくさん点眼した方が効果があると思っている方も中にはいるかもしれませんが、そうではありません。目の中に入る容量はおおよそ約 20μL で、通常の点眼瓶から出る 1 滴の容量は約 40～50 μL です。そのため、指示された滴数以上を点眼しても、お薬が目から溢れ出ていくだけで効果は変わりないので、指示された滴数は守りましょう。他には、お薬が目の中に広がるよう点眼後は目をパチパチする、これも間違った点眼薬の使い方です。点眼後に目をパチパチしてしまうと、お薬が目から鼻の方へ流れ出てしまうので、点眼後はしばらく（1～5分程度）まぶたを閉じるか、目頭を軽く押さえましょう。

他にも点眼方法の注意点などがあるので、気になる事があれば、お気軽に薬剤師や薬局スタッフにご相談ください。

お薬の効果を発揮するためにも、正しい方法で点眼薬を使いましょう。
かむろ薬局（薬剤師） 堀内 栞



地域医療を支える 医療関係者の方々から一言

柔道整復師・スポーツトレーナー
高橋 聖秀 様

● 接骨院から地域を元気に ●

新庄市で柔道整復師として接骨院を経営している高橋と申します。

接骨院では国家資格である柔道整復師の資格を有するものが、脱臼・骨折・打撲・捻挫・挫傷等に対してその回復を図る施術を行います。（※脱臼、骨折は応急手当と医師の同意時のみ施術可能）

昨年行われました東京オリンピックでも多くの柔道整復師が、現場の救護やトレーナーとして他業種の方と一緒に力を合わせて活動しておりました。

私自身もスポーツトレーナーとして活動しており、普段から薬剤師の方々にドーピングのことでいろいろ教えて頂いております。意外と身近にドーピング対象となる薬物がありますので気になる方はぜひ薬剤師の方に相談してみてください。

また、多くのアスリートも接骨院を利用しており些細なお怪我から相談を受けられます。スポーツ選手、小さな子供から高齢者まで、気軽に行ける、身近にある、そして地域が元気になる接骨院でありたいと思います。



このような点眼をしていませんか？

うまく させない から	目に 広がりそう	もったい ない	よく 効くかも
容器の先を目尻につけて点眼している	点眼後に目をパチパチしている	目のまわりに落ちた点眼薬を流し込んでいる	指示された滴数を超え何滴も点眼している
↓	↓	↓	↓
点眼薬が汚染される原因になります	まばたきによって目から鼻にお薬が流れ出てしまいます	汚れや花粉、細菌などの目のまわりの異物も目に入ってしまう	お薬が目からあふれてしまうだけで効果は変わりません



残念ながらすべて間違った点眼薬の使い方です

あなたの目を守り、治療効果を高めるために、正しい点眼方法を身につけましょう

（参天製薬HPより引用）