

目薬の使い方

社団法人 日本眼科医会 監修



このパンフレットには、目薬についての一般的な使用方法・保管方法を記載しているため、個々の目薬については、当てはまらない場合があることをご了承下さい。個別の目薬についてのご質問がある場合は、医療機関から処方された目薬については当該医療機関へ、一般用の目薬については購入された薬局・薬店又は製品の製造販売元へお問い合わせいただくようお願いします。

はじめに

目薬とは

目の病気の治療や目の疲れ・かゆみなどをやわらげるために、直接目に使用のお薬です。

開封されるまでは無菌状態ですが、直接目などに触れると、目ヤニ及び涙液などが吸い込まれて汚染され、浮遊物や濁りを生じる場合がありますので、使用方法・保管方法にご注意ください。

なお目薬には、医師の処方箋が必要な医療用と、薬局・薬店で処方箋なしに購入できる一般用（OTC）があります。また、容器には、キャップを開けてから何回も使用するタイプと、1回使い切りタイプがあります。



何回も使用できるタイプ



1回使い切りタイプ

1. 目薬の使用方法

①最初に、手をきれいに洗いましょう。

②点眼する前に確認しましょう。

1) 目薬ですか？

⇒点眼剤と類似した容器を用いた薬剤（水虫薬やコンタクトレンズ洗浄剤など）と間違えないように注意してください。

2) ご自分の目薬ですか？

⇒一つの目薬を他の人と共用しないでください。



3) 品名は間違っていますか？

⇒複数の目薬を使用している場合、特に注意が必要です。

4) 使用期限は過ぎていませんか？

※開封後はなるべくすみやかに使用してください。

5) 浮遊物や濁り、変色はないですか？

⇒浮遊物や濁り、変色があるものは、使用しないで薬局やメーカーにお問い合わせください。

6) 容器の先やキャップに粉のようなものがついていませんか？

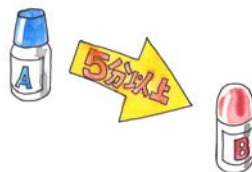
⇒粉のようなものは薬液が乾いて固まったものです。このような場合には、清潔なガーゼ等でふき取りましょう。



③2種類以上の目薬を使用する場合は、5分以上の間隔を空けて点眼しましょう。

（間隔を空けずに点眼すると目薬の効き目が下がる場合があります。）

※医師・薬剤師等から別途指導がある場合はそれに従ってください。



④点眼方法

1) 下まぶたを指で下にひき、上を見るように顔を傾けます。もう片方の手で目薬をもち、これを目の上にもってきて、目にふれないように点眼します。（容器の先が目やまつ毛などに触れると、目を傷つけたり、薬液が污染される可能性があります）

なお、1日の点眼回数及び1回あたりの滴数は、各製品の用法・用量にしたがってください。



2) 点眼した後は、しばらく目を閉じるか、目がしら（鼻に近い方）を軽く押さえましょう。（お薬が長く目にとどまり、効果がしっかり発揮されます）



- 3) 目からあふれた薬液は、清潔なガーゼやティッシュで拭き取りましょう。
(皮膚に薬液が付いたまま放置するとかぶれる場合があります)



⑤他の点眼方法の例 げんこつ法

※下まぶたに、げんこつを当てて引き下げ、げんこつの上に目薬を持った手を乗せて固定し、点眼します。



⑥間違った点眼方法の例



目じりや、目がしらに容器の先をつけて点眼しないでください。(目や二及び涙液などが吸い込まれて汚染の原因となります)

⑦子供への点眼方法

- 1) お子さんが怖がらないようにして、やりやすい方法で点眼してください。(例えば、お子さんをひざの上に仰向けで寝かす等)



- 2) 下まぶたを下げて、下まぶたの上に点眼してください。目を閉じると薬液が目の中に入っていきます。

- 3) 点眼時に目をつぶってしまうお子さんの場合、目の周りを清潔なガーゼやティッシュ等で拭いてから、目がしら付近に点眼します。まばたきをさせると薬液が目の中に入っていきます。

- 4) 涙で薬液が流されますので、お子さんが泣いている最中は点眼を避けてください。また、点眼時にお子さんが動き、容器の先で目を傷つけないように気をつけましょう。



- ⑧使用した後は、薬液が漏れないようにキャップをしっかり締めましょう。

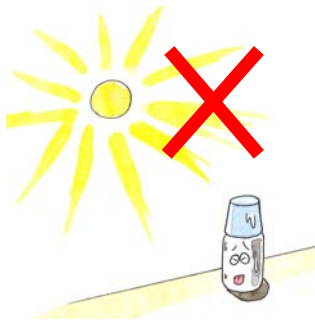


2. 目薬の保管方法

①直射日光を避け、涼しい場所に保管しましょう。遮光袋が付属している場合は、必ず袋に入れて保管してください。

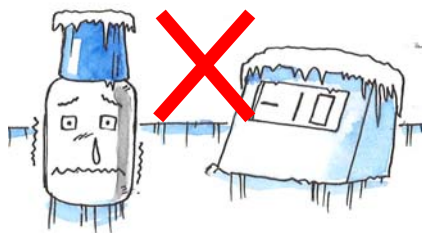
また、車の中や窓際などに放置しないでください。

(薬液の変質や容器が変形する場合があります)



③凍結させないようにしましょう。

特に医師・薬剤師等の指導がない場合、目薬は室内に保管できます。医療用の目薬で冷所保存が必要な場合は冷蔵庫に保管してください。凍結すると薬液が変質する場合がありますので使用しないでください。



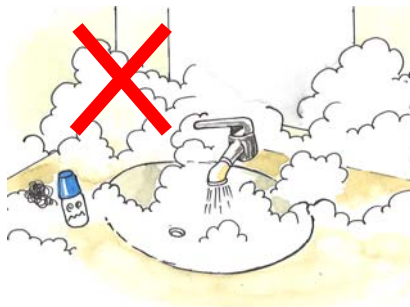
②防虫剤及び湿布薬等の近くに置かないようにしましょう。

(防虫剤及び開封した湿布薬等の揮発成分が目薬に浸透し、刺激を感じる場合があります)



④風呂場や洗面台などの湿気の多い場所に置かないようにしましょう。

(容器にカビなどが付く場合があります)



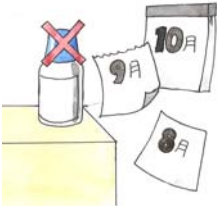
3. その他の注意

- ①油性ペンでボトル本体に直接記入しないでください。

(油性インクが浸み込む可能性があります)



- ②開封後は、なるべくすみやかに使用してください。



- ③指定された用法・用量を守りましょう。(用法・用量は、お薬の効き目と副作用のバランスを考慮し、決められています)

- ④点眼後に、目が痛んだり、腫れたり、赤くなった場合は、直ちに使用を中止し、医師・薬剤師等に相談してください。

- ⑤コンタクトレンズを使用されている方への注意点

- 1) コンタクトレンズを外さないと点眼できない目薬と外さなくても点眼できる目薬があります。
⇒添付文書の使用上の注意などをよく読んで、確認してください。
- 2) コンタクトレンズを外して点眼した後は、十分な時間を空けてからコンタクトレンズを再装着してください。
- 3) 医療用の目薬を使用する場合は、医師、薬剤師等からの指導に従って使用してください。

**作 成：社団法人 東京医薬品工業協会 点眼剤研究会
大阪医薬品協会 点眼剤研究会**

平成 23 年 9 月 初版

本資料の利用について

- ・本資料は自由に複製・印刷して利用することができます。ただし、一部を抜粋・引用して利用する場合には、引用元を記載して下さい。
- ・本資料の全部または一部を改変したり、営利目的で販売しないで下さい。