

『目薬の使い方』

皆さんの目を守り、お薬の効果を十分に発揮するため、目薬を上手に使いましょう。

【目薬 1 本は何日でなくなるか？】

目薬の一本当たりの量をご存じですか？医療機関で処方する目薬の多くは 1 本当たり 5ml です。（市販の目薬には大容量のものもありますが今回の説明では除外します）

目薬 1 滴の量は約 0.05ml のため 1 本の容量は 100 滴分に相当します。

例えば 1 日 2 回両眼に目薬を点眼すると 25 日分、1 日 4 回両眼に点眼すると 12.5 日分になります。

目の表面に保持できる点眼量は約 0.03ml 程度なので 1 回の点眼には 1 滴で十分です。実際には何滴もさしてしまう方もいるでしょう。

しかし多く点眼しても目に入らずあふれてしまうだけです。

また数種類の点眼をする場合は、少なくとも 5 分程度の間隔をあけて下さい。点眼間隔が短いと先に点眼した液が、後に点眼した液に洗い流されてしまいます。さらに 1 日の点眼回数にも注意して下さい。回数が少ないと薬の働きが弱まり、多すぎると治療効果は変わらないのに副作用がおきることがあります。

【目薬の使用期限は？】

目薬の容器に記載されている使用期限は、未開封の状態適切な保管を行った場合の期限です。開封後の使用期限は、使用方法・保管方法を守り約 1 か月を目安にして下さい。

ただし開封後 1 か月以内でも目薬に変色、濁りなど異常があった場合は使用を中止してすみやかに医師や薬剤師に相談して下さい。

保管方法は薬の種類により常温・冷所・遮光など異なるため確認して下さい。

【目薬のさし方】

- ① まず手を洗って清潔にしましょう。
- ② 顔を真上に向け、目薬を持っていない手で下まぶたを軽く引き下げます。
- ③ 目薬の容器の先端がまつげやまぶたに触れないように気をつけて目にさします。
- ④ 目薬をさした後は、まばたきをせず、1 分程度軽く目頭を押さえ目を閉じて下さい。そのあと目のまわりについた余分な液をティッシュ等でふきとって下さい。