

## 正しい目薬の使い方をご存知ですか？



緑内障の目薬を二種類使っています。

複数の点眼薬を使うとき、  
間隔はどれくらい空けていますか？



正しく、安全にそして有効に目薬を使いましょう。

### ●滴数が多いほどよく効く？

#### **目薬は一滴で十分！**

私たちのまぶたの下は袋状になっています。目薬は結膜嚢というまぶたの下の袋状の部分にたまって、成分が徐々に目の奥へと浸透していきます。結膜嚢はとても小さいため、多くさしても溢れ出てしまいます。

### ●目薬をさした後は、パチパチまばたき？

**少なくとも1分間は目を閉じるか、目頭をおさえましょう。**

**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。**

のどや鼻へ流れるのを防ぎ、目薬の効果も高めます。  
目をパチパチさせるとせっかくさした目薬が涙と一緒に目頭の方に集まって、涙点から喉の方へ流れ出てしまいます。

## ●複数の目薬の間隔は??



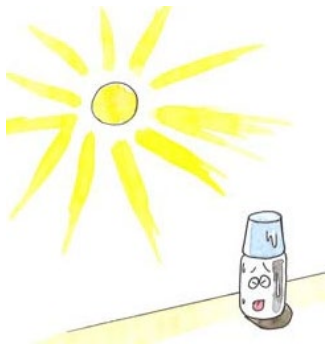
複数の目薬をさす場合は**5分程度は間隔を空けましょう**。間隔をあけないと先にさした目薬が後にさす目薬によって流されてしまいます。

## ●眼軟膏、点眼薬…さす順番は??

目薬と眼軟膏を同時に使用する場合は、眼軟膏は水をはじいてしまう点、効果の発現がゆっくりで効き目が長い点から、**目薬を使用した後に眼軟膏を使用しましょう**。

## ●目薬の保管方法、開封後の期限は??

「冷暗所保存」などの指示がある場合にはそれに従い、特に指示がなくても**直射日光を避け、なるべく涼しい所に保管しましょう**。車内への放置、冷蔵庫保管による凍結は避けるよう注意しましょう。



容器に記載されている使用期限は開封前の期限です。

開封後は、汚染の危険性があり、**医師から処方される目薬では約1ヶ月、市販の目薬では約3ヶ月が開封後の使用期限の目安です**。

また、開封後1ヶ月以内であっても、目薬の中に浮遊物や濁りがあるものは避けましょう。

## ●コンタクトをしたまま目薬は??

**点眼時はコンタクトレンズをはずし、10分ほどに装用しましょう**。



理由は…

お薬の成分がレンズに吸着して徐々に放出するため、副作用が現れる可能性があるためです。また、防腐剤の一部(ベンザルコニウム塩化物など)がレンズにくっ付き、レンズが変色または、角結膜上皮障害を起こすことがあるためです。