

～塗り薬について～

塗り薬を病院で処方されても、「どのように塗ればいいのか分からない」という方もいらっしゃるのではないのでしょうか？
そこで、今回は塗り薬の正しい塗り方や使用量の目安についてです。

塗り薬の正しい使い方



- ① 塗る前に 塗り薬を塗る前に、まず手と患部をきれいに洗いましょう。
手や患部が汚れていると菌が入り症状が悪化してしまう可能性があります。

- ② 塗り薬を取ります。チューブの塗り薬は、薬の量を見ながらチューブから指の腹に少量出してください。

目安として、軟膏・クリーム製剤の場合、だいたい人差し指の先から第一関節まで伸ばした量で、およそ手の面積2枚分に塗れます。

ローション製剤では1円玉大でおよそ手の面積2枚分に塗れます。

ただし種類により異なることがあります。



注意 チューブの塗り薬の場合、直接軟膏のチューブを患部に当てて塗るとチューブの口が汚れてしまいますので必ず指に取り出すようにしてください。

- ③ 塗り薬を患部に点在させます。

- ④ 指先ではなく、手の平を使ってやさしく丁寧に塗ります。力を入れて強くすり込むように塗ると肌を刺激するだけでなく、塗る量が不足してかえって十分な効果が得られないことがあります。

体のしわに沿って塗ると、皮膚に広がりやすくなります。

軟膏・クリーム・ローション

塗り薬には軟膏・クリーム・ローション等があります。

同じ成分が入っていますが、塗る場所や使用する目的に合わせて処方されます。



剤形	特徴
軟膏	水を含まず、水をはじきやすいので、皮膚や傷口の保護・保湿作用にすぐれている。薬の持続時間が長く、皮膚への刺激が弱い。乾燥しているところにも湿潤しているところにも使用でき、適応が広い。べたつく、分泌物が貯留しやすいなどの欠点もある。
クリーム	乳化剤を用いて水の中に油脂の微粒子を混濁させたもので、乳剤性軟膏と同様に皮膚への浸透性はよく、べたつきがないなど使用感がよい。皮膚がカサカサ乾燥していて厚くなっているところや、汗が多く出る部位に適している。しかし、保護作用が劣り、刺激性が高い（防腐剤が含まれる）のが欠点。
ローション	液体に薬の成分を混ぜたもので、べたつきが少なく、塗布後水分が蒸発し冷却感があるなど、毛が生えている頭皮部に使用されることが多い。薬の持続時間が短く、刺激性が強い。

今回は一般的な塗り方や目安の使用量になりますので、主治医の指示をきちんと守り、正しく使うようにしてください。