

「正しい点眼薬の使い方」

武雄杵島地区薬剤師会会長 湯川 洋

いつも使っている目薬、正しく使っていますか。目尻などにつけて点眼したり、二種類の目薬を続けて点眼したりしていませんか。今回は正しい点眼薬の使い方を簡単に説明します。

点眼の量と方法

まずは点眼する量は一滴で十分です。眼の中には一滴の量も入りません。一滴だけでも多少は目から漏れてしまいます。次に点眼する部位はどこでも結構ですが、さし口を目尻や瞳などにつけない様にしてください。点眼液が涙液や眼脂などを吸い込んで、容器内部が汚染されます。また点眼した後、眼をパチパチとまばたきをする人がいますが、せつかく眼の中に入った薬を押し流してしまい、効果が減弱します。点眼後、まばたき

をするより、しばらく目を閉じて眼頭部分を軽く抑えるのが効果的です。特に、点眼後に薬が鼻やのどに流れ出る方は、眼頭部分を押さえることにより改善できます。

複数点眼するときは10分の間隔を

点眼薬を二種類三種類使用している人は、間隔をあけて点眼しないと、薬の効果が減弱します。眼の中に入っている薬は、完全に吸収するまでに約10分位かかると言われています。続けて点眼すると、最初に点眼した薬が押し流されて効果が減弱します。最初の目薬を十分に吸収させるには、10分空けるのが効果的です。10分も待てない場合は、最低でも5分は時間を空けるようにしてください。最近ある製薬会社が、点眼



方法に関するインターネット調査を行いました。これは病院で二種類以上の目薬を処方された経験のある人に対して行ったものですが、3割が「目薬のさし過ぎ」、9割が「目をばちばちする」など適切に点眼を行っておらず、4割が「間隔をあげずに複数点眼」という結果が出ました。病院からもらった薬であれば、お医者さんや、薬剤師さんが使用方法などを説明していると思いますが、それでも間違った使用方法で点眼している人が多いということですね。再度確認をして、目薬の効果を最大限に利用してください。

みんなのスポーツ

全国中学生少林寺拳法大会へ出場

第2回佐賀県中学生少林寺拳法大会が、6月13日(日)、多久市北部小学校で開催され、4名の市内中学生が上位に入賞しました。8月に香川県で開催される、第4回全国中学生少林寺拳法大会へ出場します。全国大会での活躍に期待します。

男子単独演武の部

優秀賞 樋渡 峻介 (山内中学校2年生・右上)

男子組演武の部

優秀賞 小野 圭一朗

(山内中学校1年生・右下)

優秀賞 中尾 真徳

(山内中学校1年生・左下)

※上記3人は、男子団体演武にも出場します。

女子単独演武の部

優秀賞 蒲地 由佳

(武雄中学校1年生・左上)



清掃ボランティア

6月5日(土)、武雄市ファイターズおよび郡市対抗県内一周駅伝武雄市チームの合同による白岩陸上競技場の泥上げ作業が行われました。



炎天下のもと、日ごろから使用する競技場に感謝の気持ちをこめ、約30人の皆さんが参加されました。両チームのみなさんありがとうございました。

お詫びと訂正

広報武雄 7月号で眉山キャンプ場の問い合わせ先が誤っていました。お詫びして訂正いたします。

☎(23)2004 (正) ☎(26)2004



☎ 教育部 文化・学習課 ☎(23)5168 担当:稲富