

点眼薬の「さしかた」「保存法」「さす順番」

眼の病気にはいろいろな種類がありますが、緑内障と感染症（細菌による結膜炎やヘルペスウイルスによる角膜炎）では点眼治療が重要です。効果的な方法をお話しします。

<点眼薬のさしかた>

- ・手を石鹸で洗う。アルコールによる手指消毒でも良い。
- ・眼の表面から5～10cm上方から点眼する。これより近いと、眼からはね返った飛沫でビンの内部が汚染されます。
- ・1滴だけ入れる。2滴以上はあふれるだけで無駄になります。
- ・点眼液をさしたら「まばたき」をせずに、1分ほど眼を閉じたままにする。パチパチとまばたきをすると、有効成分が鼻涙管を通過して流れ出てしまいます。
- ・2種類以上の点眼液があるときは、5分～10分間隔をあける。お互いに薄めあって効果が減弱してしまうからです。
- ・緑内障の点眼（キサラタン、タプロス、ルミガンなど夜一回のもの）では、点眼して5分を過ぎたら石鹸で洗顔する。飛沫が目の周囲の皮膚に付着したままだと、副作用（皮膚の黒ずみ、まつ毛の異常な伸長、上のまぶたが痩せる）が強くなるためです。

<点眼薬の保存法>

- ・点眼ビンを初めて開けた時は、マジックインクでビンに日付を書く。点眼は開封後1か月で効果がなくなるので1か月すぎたら処分して下さい。
- ・付属の袋（チャック付きのビニール袋）に入れる。紫外線よけの効果があります。
- ・冷蔵庫に入れる。薬の変質をふせぐために保存は25度以下です。

<点眼薬をさす順番>

水溶性点眼液→懸濁性点眼液→ゲル化する点眼液→眼軟膏の順です。難しいようですが、ご自分の点眼液を次の項目で確認すると、わかり易いです。

1. 水溶性点眼液：ほとんどの点眼液は水溶性です。
2. 懸濁性点眼液：「使用前に振ってください」と注意書きがあります。有効成分が水に溶けにくく、瓶の底に沈んでいるためです。その性質から眼表面での吸収が遅いので、水溶性のあとにさします。
3. ゲル化する点眼液：これは、目の表面で点眼液がゼリー状に変化（ゲル化）

します。ゲル化によって効果が一日続きます。朝1回つける緑内障点眼液が該当します。

4. 眼軟膏：油性なので、あとから入れた点眼液をはじき出す性質があります。それなので最後に入れることになります。

点眼薬の治療は、長期にわたりますので、「さしかた」「保存法」「さす順番」を一つ一つ確認して、薬の効果を最大限に生かしてください。わからない点は、眼科医にお尋ねください。

【眼科診療部長 丸山泰弘】

