

# 目薬の使い方

## 第2版



このパンフレットには、目薬についての一般的な使用方法・保管方法を記載しているため、個々の目薬については、当てはまらない場合があることをご了承下さい。個別の目薬についてのご質問がある場合は、医療機関から処方された目薬については当該医療機関へ、一般用の目薬については購入された薬局・薬店又は製品の製造販売元へお問い合わせいただくようお願いします。

# はじめに

## 目薬とは

目の病気の治療や目の疲れ・かゆみなどをやわらげるために、直接目に使用のお薬です。

容器を開封するまでは無菌の状態ですが、目薬を使う際に容器の先端が直接目などに触れると、目ヤニ及び涙液などが吸い込まれて汚染され、浮遊物や濁りを生じたり、先端がつまる場合がありますので、使用方法・保管方法にご注意ください。

なお目薬には、医師の処方箋が必要な医療用医薬品と、薬局・薬店・ドラッグストアで処方箋なしに購入できる一般用医薬品（OTC）があります。また、容器には、キャップを開けてから何回も使用するタイプと、1回使い切りタイプがあります。



何回も使用できるタイプ



1回使い切りタイプ

# 1. 目薬の使用法

①最初に、手をきれいに洗いましょう。

②点眼する前に確認しましょう。

1) 目薬ですか？

⇒点眼剤と類似した容器を用いた薬剤（水虫薬やコンタクトレンズ洗浄剤など）と間違えないように注意してください。

2) ご自分の目薬ですか？

⇒一つの目薬を他の人と共用しないでください。



3) 品名は間違っていないですか？

⇒複数の目薬を使用している場合、特に注意が必要です。

4) 使用期限は過ぎていませんか？

※開封後はなるべくすみやかに使用してください。

5) 浮遊物や濁り、変色はないですか？

⇒浮遊物や濁り、変色があるものは、使用しないで薬局やメーカーにお問い合わせください。ただし、目薬の中には点眼する前に振り混ぜて使用する懸濁性点眼液があります。懸濁性点眼液を使用する前には粒子が均一に分散されているか確認してください。

6) 容器の先やキャップに粉のようなものがついていませんか？

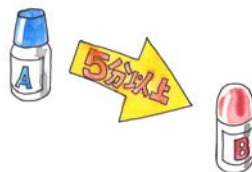
⇒粉のようなものは薬液が乾いて固まったものです。このような場合には、清潔なガーゼ等でふき取りましょう。



③2種類以上の目薬を使用する場合は、5分以上の間隔を空けて点眼しましょう。

（間隔を空けずに点眼すると目薬の効き目下がることがあります。）

※医師・薬剤師等から別途指導がある場合はそれに従ってください。



④点眼方法

1) 下まぶたを指で下に広げ、上を見るように顔を傾けます。もう片方の手で目薬をもち、これを目の上にもってきて、できるだけ容器を真下にもかけて目にふれないように点眼します。（容器の先が目やまつ毛などに触れると、目を傷つけたり、薬液が汚染される可能性があります）

なお、1日の点眼回数及び1回あたりの滴数は、各製品の用法・用量にしたがってください。



2) 点眼した後は、しばらく目を閉じるか、目がしら（鼻に近い方）を軽く押さえます。（お薬が長く目にとどまり、効果がしっかりと発揮されます）



- 3) 目からあふれた薬液は、清潔なガーゼやティッシュで拭き取りましょう。  
(皮膚に薬液が付いたまま放置するとかぶれる場合があります)



### ⑤他の点眼方法の例 げんこつ法

- ※下まぶたに、げんこつを当てて引き下げ、げんこつの上に目薬を持った手を乗せて固定し、点眼します。



### ⑥間違った点眼方法の例



目じりや、目がしらに容器の先をつけて点眼しないでください。(目ヤニ及び涙液などが容器の中に吸い込まれて汚染の原因 となります)

### ⑦子供への点眼方法

子どもの恐怖心を取り除き、点眼しやすい方法で行ってください。(例えば、子どもをひざの上に仰向けで寝かすなど)

なお、点眼時に目を閉じてしまう子どもの場合、目の周りを清潔なガーゼやティッシュで拭いてから、目がしら付近に点眼してください。点眼後、目をあけると薬液が目の中に入っていきます。

なお、点眼時に子どもが動き、容器の先で目を傷つけないように気をつけてください。また、子どもが泣いている場合、涙で薬液が流されますので点眼することは避けてください。寝ている間に点眼するのも一つの方法です。



- ⑧使用した後は、容器の先端に薬液が付着している場合には、清潔なガーゼ等でふき取ってから薬液が漏れないよう、キャップをしっかり締めましょう。付属の袋がある場合は、袋に入れましょう。

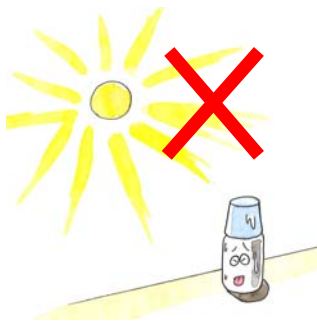


## 2. 目薬の保管方法

①直射日光を避け、涼しい場所に保管しましょう。遮光袋が付属している場合は、必ず袋に入れて保管してください。

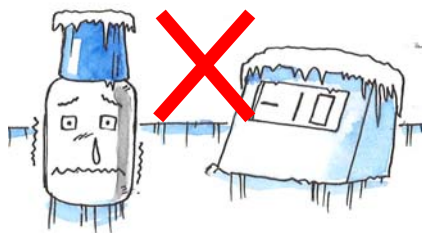
また、車の中や窓際などに放置しないでください。

(薬液の変質や容器が変形する場合があります)



③凍結させないようにしましょう。

凍結すると薬液が変質する場合がありますので使用しないでください。冷所保存が必要な目薬は冷蔵庫に保管しますが、特に医師・薬剤師等の指示や添付文書に記載がない場合は室内で保管できます。



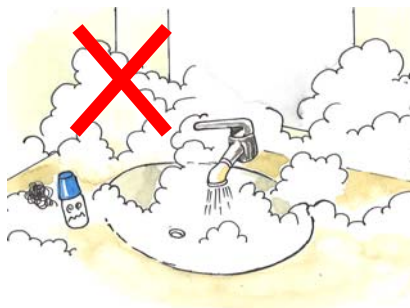
②防虫剤及び湿布薬等の近くに置かないようにしましょう。

(防虫剤及び開封した湿布薬等の揮発成分が目薬に浸透し、刺激を感じる場合があります)



④風呂場や洗面台などの湿気の多い場所に置かないようにしましょう。

(容器にカビなどが付く場合があります)

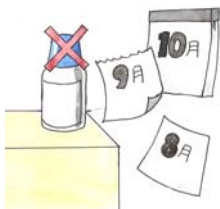


### 3. その他の注意

- ①油性ペンでボトル本体に直接記入しないでください。  
(インク成分が容器を透過して薬液に混ざることがあります)



- ②開封後は、なるべくすみやかに使用してください。



- ③医療用目薬は医師・薬剤師の指示、  
一般用（OTC）目薬は添付文書の  
用法・用量を守りましょう。

- ④点眼後に、目が痛んだり、腫れたり、  
赤くなった場合は、直ちに使用を中  
止し、医師・薬剤師等に相談してく  
ださい。

- ⑤コンタクトレンズを使用されている  
方への注意点

目薬にはコンタクトレンズを装着したまま使用できないもの（コンタクトレンズを外してから使用するもの）と、コンタクトレンズを装着したまま使用できるものがあります。パッケージや添付文書の効能・効果、使用上の注意などを確認してください。コンタクトレンズの種類※・材質によっては、目薬の成分を吸着する場合があります。製品について不明な点がありましたら薬局やメーカーにお問い合わせください。医療用目薬については、医師・薬剤師等の指示に従ってください。

※ハードコンタクトレンズ、ソフトコンタクトレンズ、カラーコンタクトレンズなどがあり、それぞれ材質も異なります。

**作 成：公益社団法人 東京医薬品工業協会 点眼剤研究会  
関西医薬品協会 点眼剤研究会**

**令和4年12月 第2版**

**本資料の利用について**

- ・本資料は自由に複製・印刷して利用することができます。ただし、一部を抜粋・引用して利用する場合には、引用元を記載して下さい。
- ・本資料の全部または一部を改変したり、営利目的で販売しないで下さい。