

うまく点眼できない方におすすめの点眼方法

●げんこつ点眼法



目の中にうまく点眼できない、手が震えて点眼できないという方におすすめの点眼方法です

●仰向け点眼



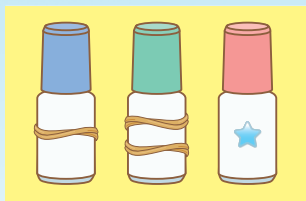
首や肩が痛くて顔を上に向けたり手をあげたりする動作が難しいという方におすすめの点眼方法です

●点眼補助具の使用



目にうまく点眼薬が入らない方、指先の力が弱く容器がつまみにくい方におすすめです

●輪ゴムや立体シールによる識別



点眼薬が見分けづらい方は、点眼ボトルに輪ゴムを巻いたり、立体的なシールを貼ったりすると見分けやすくなります

自分では上手に点眼できない方



ご家族の方などに点眼してもらうか、医師または薬剤師などに相談しましょう

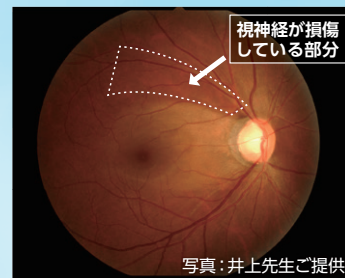
正しく点眼できていますか？ 緑内障点眼薬

監修：医療法人社団済安堂 井上眼科病院

理事長 井上 賢治 先生

緑内障はどんな病気？

緑内障は、眼圧などの原因により視神経が傷つき、視野（見える範囲）が狭くなったり視力が悪くなったりする病気です。自覚症状がないまま、数十年かけてゆっくり進行します。



写真：井上先生ご提供

視神経の損傷は自覚症状がない時から徐々に始まっており、視野検査で異常が確認された時にはさらに進行し、視野の異常を自覚した時には視神経のかなりの部分が失われている可能性があります。いったん傷ついた視神経は修復されないため、失われた視野を回復させることはできません。

そのため、緑内障と診断されたら、途中で治療をやめたり処方された点眼薬を点眼しなかったりせずに、継続して治療を行い、病状の進行を遅らせることが大切です。

緑内障の治療

緑内障の治療は、主に眼圧を下げる点眼治療が行われます。

正しい方法で指示通り点眼することが大切です。

誤った方法で点眼したり、
指示通り点眼しなかったりすると
点眼薬の効果が弱まったり、

副作用が増えたりすることがあります。

そのため、主治医が病状や点眼薬の効果を
正確に把握できない場合があります。



緑内障の治療は長期間にわたるので、日常生活に必要な視野を保つために、病状の進行を遅らせることが必要です。そのためには、患者様ご自身が積極的に治療に参加し、主治医と協力して治療に取り組むことが大切です。



正しい点眼方法



- ① 点眼前に手をせっけんと流水でよく洗います
- ② 点眼する目と点眼薬を確認しましょう
- ③ 点眼薬のキャップをあけます
キャップは衛生面から下向きに置かないでください



- ④ 下まぶたを軽く下に引きます
- ⑤ 点眼容器の先が目、まぶた、まつ毛に触れないように1滴点眼しましょう
- ⑥ 目からあふれた点眼薬はティッシュなどですぐにふき取りましょう

- 点眼薬が目の中に吸収されるまでには5分くらいかかります
- 点眼したら1～5分間は目を閉じていましょう
目頭を軽く押さえるとより効果的です
- 点眼してすぐにまばたきすると点眼薬が流れてしまい、十分な効果を発揮することができません
- 点眼薬は1滴で十分効果が発揮されます

