

あなたのくすりと健康

～塗り薬の使い方編～

どんな塗り方がありますか？

●塗り布（とふ）：優しく伸ばして塗る方法。

ステロイド剤や保湿剤等の塗り方です。
塗った後に皮膚にテカリが残る量が適量です。



塗る量の目安

チューブの塗り薬

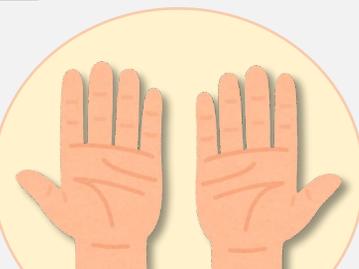


人差し指の先端から
1つ目の関節まで
出した量

ローション



1円玉大の量



成人の手のひら2枚分が
塗れる量です

●塗擦（とさつ）：肌に擦り込むように塗る方法。

消炎鎮痛剤等の塗り方です。
薬効成分の吸収を高めるために擦り込みます。



いつ塗れば良いですか？

- 入浴後の清潔な肌に塗ると良いでしょう。
- 入浴後に水分を拭き取り保湿剤を塗ることで、肌の潤いを保ちます。
- ご自身で塗りやすい時間を決め、忘れずに塗りましょう。



複数の塗り薬を使う場合、塗る順番はありますか？

- 塗る範囲が広い薬から塗りましょう。

注意：医師から用法・用量の指示がある場合には、そちらに従って下さい