ドラッグレター（2026年　11月号）

2 年生

なんこうざい
軟膏剤を例に説明します

～ 塗布薬（塗り薬）の正しい塗り方 ～
ポイントは3つ！

＜ ① 清潔 ＞

塗る部位と塗る指を清潔にする。

＜ ② 塗り方 ＞

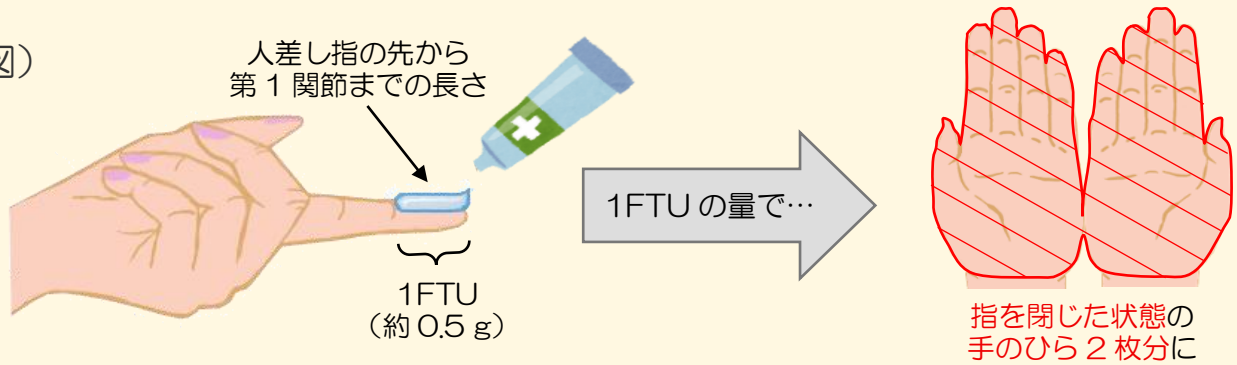
やさしく伸ばすように塗る。
（ゴシゴシとすり込むのは×）

＜ ③ 塗る量 ＞

塗った後、塗った部位がペタペタする状態（光を当てたらテカテカしている状態）が適量。

広範囲に塗る場合、量の目安としてFTU（finger tip unit：塗布量の単位）があります。

（図）



知っておこう！ ステロイド塗布薬の正しい使い方

ステロイド塗布薬は症状がひどい時に使いますが、正しく使わないと、塗った部位に副作用（皮ふが薄くつっぱる・赤くなる、ニキビ、多毛など）が現れやすくなります。インターネットや SNS 上には「ステロイドは怖い」「使わない方がよい」などの情報が見られますが、特徴を理解し、正しく使えば怖くありません！

【 特徴 】

★ 炎症やアレルギーなどの症状を強力に抑える働きがあるため、症状が早く改善する
★ 様々な強さの塗布薬があり、症状の程度や塗る部位に合わせて、使う塗布薬の強さを変えていく
- 使う塗布薬の強さが**強すぎる** → 短期間で副作用が現れてくる
- 使う塗布薬の強さが**弱すぎる** → なかなか治らないため長期使用となり、やがて副作用が現れてくる

【 正しい使い方 】（医師や薬剤師等の指示に従い、①～③を守れば副作用は現れにくい）

① 症状の程度や塗る部位に合った強さを選択する
② 症状が良くなったら、その良くなった症状に合わせた強さにランクダウンする
③ 症状が治まったら直ぐに使用を中止する

クリーム剤、ゲル剤、ローション剤の塗り方・塗る量、ステロイド塗布薬の強さなどはこちら！

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《 一出張相談会ー　保健室に学校薬剤師が来ます 》
ドラッグレターの内容、医薬品や健康、薬物乱用などについて、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！
11 月 19 日(木)　12 時 35 分 ～ 13 時 20 分

作成･発行元　北陸大学薬学部
教授　大栁賀津夫(学校薬剤師)
准教授　岡本晃典(薬剤師)
5年生　奥村桃花　中野加愛



医薬品教育・薬物乱用防止教育＆健康サポートシステム（http://www.drug-letter.com/）　今月号のくわしい情報はこちら！