

こんなことありませんか？

NG!



目薬を点した後に、
パチパチまばたきをする

まばたきをすると、目薬が目から洗い流されるため、効果が下がります

NG!



一度開封して使った目薬を
来シーズンまで保管しておく

開封後は、できるだけ速やかに
使用してください

○ 注意 ○

他の診療科を受診するとき、使用中の飲み薬の名前を伝えるのはもちろんですが、目薬もきちんと伝えましょう

出前講座



地域の皆様の集まりなどで、薬剤師が講師としてお話しします。
費用は無料です。
お気軽にお声かけください。

〈問い合わせ先〉一般社団法人 諫早市薬剤師会
TEL 0957-27-1127/FAX 0957-27-1131

☆QRコードからホームページをご覧ください (http://e-ipa.jp)



- 4 -

〈点眼の前の準備〉

手をきれいに洗いましょう

点眼薬を確認しましょう

・浮遊物や濁りはないですか？

①下まぶたを下方方向に引き、
上を見るように頭を傾けます

【ポイント】絵のように目薬をさす手を固定すると、点眼しやすいです（げんこつ法）

②もう一方の手で点眼瓶を持ち、
垂らします（1～2滴、指示通りに）

【ポイント】容器の先が、目やまぶたに触れないように注意しましょう〈細菌汚染防止〉

③点眼後、しばらく目を閉じるか、
目頭を軽く押さえます

【ポイント】目薬の効果を高め、副作用を防ぐために重要です

④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

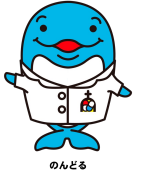
- 2 -

くすりの はなし

No.
10

「目薬の使い方」

こんなことありませんか？



目を
つぶっちゃう

沢山、さした
方が効く??



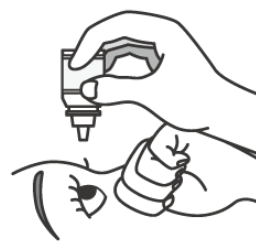
まとめ

目薬は正しく使いましょう！
わからないことはご相談ください

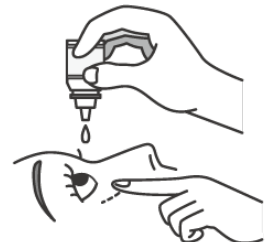
一般社団法人 諫早市薬剤師会

2022年7月作成

- 1 -



げんこつ法



“あっかんべー”

重要

2種類以上の目薬をつかう場合、
5分以上の間隔をあけて
点眼しましょう

【なぜなら】間隔をあけずに使うと、後の薬で押し流されてしまい、目薬の効き目が下がる場合があります

※医師、薬剤師から別途指導がある場合は、それに従ってください

タイマーやアラームを使うのもおすすめです

- 3 -

<点眼の前の準備>
手をきれいに洗いましょう
点眼薬を確認しましょう
・浮遊物や濁りはないですか？

①下まぶたを下方向に引き、
上を見るように頭を傾けます

【ポイント】絵のように目薬をさす手を固定すると、
点眼しやすいです（げんこつ法）

②もう一方の手で点眼瓶を持ち、
垂らします（1～2滴、指示通りに）

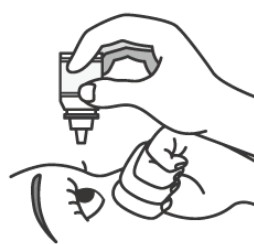
【ポイント】容器の先が、目やまぶたに触れないよ
うに注意しましょう<細菌汚染防止>

③点眼後、しばらく目を閉じるか、
目頭を軽く押さえます

【ポイント】目薬の効果を高め、副作用を防ぐため
に重要です

④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

- 2 -



げんこつ法



“あっかんべー”

重要

2種類以上の目薬をつかう場合、
5分以上の間隔をあけて
点眼しましょう

【なぜなら】間隔をあけずに使うと、後の薬
で押し流されてしまい、目薬の効き目が下
がる場合があります

※医師、薬剤師から別途指導がある場合は、
それに従ってください

タイマーやアラームを使うのもおすすめです

- 3 -

こんなことはありませんか？

NG!



目薬を点した後に、
パチパチまばたきをする

まばたきをすると、目薬が目から洗い
流されるため、効果が下がります

NG!



一度開封して使った目薬を
来シーズンまで保管しておく

開封後は、できるだけ速やかに
使用してください

○ 注意 ○

他の診療科を受診するとき、使用中の飲み
薬の名前を伝えるのはもちろんですが、目薬
もきちんと伝えましょう

出前講座



地域の皆様の集まりなどで、薬剤師が
講師としてお話しします。
費用は無料です。
お気軽にお声かけください。

〈問い合わせ先〉一般社団法人 諫早市薬剤師会
TEL 0957-27-1127/FAX 0957-27-1131

☆QRコードからホームページをご覧ください (http://e-ipa.jp)



- 4 -

くすりの
はなし

No.
10

「目薬の使い方」

こんなことはありませんか？



のんどう

目を
つぶっちゃう

沢山、さした
方が効く??



まとめ

目薬は正しく使いましょう！
わからないことはご相談ください

一般社団法人 諫早市薬剤師会 2022年7月作成

- 1 -