

写真でわかる 正しい点眼薬(目薬)の使い方



正しい点眼薬(目薬)の使い方



知つてこぬよつて意外と知りない

目薬のつけ方

ば簡単ですが、目薬は立派なお薬です。誤った使い方をすると効果が得られないばかりか、思わぬ副作用や細菌感染などを起こす恐れもあります。

点眼時の注意点

目に入れる目薬は1滴で十分です
目の中(結膜囊内)に留まることができる量(約20μl)よりも多く、余った分はすべて眼外へ流れてしまいますが、どれだけさしても効果は1滴さした場合と変わりません。

点眼後の目を閉じて目頭を押さえます

眼科を受診したことがある方もない方も、一度は目薬を使用した経験があると思います。市販薬も含め、目薬とはそれほど使用頻度が高く、目にする機会が多いお薬です。
ところが、それだけ使用者にいるにもかかわらず意外と知られていないのが正しい点眼方法です。「さすだけじゃん」と言ってしまう



眼科で見て納得 眼底検査

Q

眼科にかかるとよく「瞳孔を広げますね」とって言われるけど、なぜ瞳孔を広げるの?



A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなってしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

目薬をさした後に口の中

が苦くなったりする

がまわっているからです。

効率よく目の中へお薬を届け、副作用も軽減させるためには、点眼後に目を閉じ、1~2分程度目頭を軽く押さえることで、鼻からのどの排出される量を少なくすることができます。

点眼後は目を閉じて目頭を押さえます

目薬が洗い流してしまい、効果が薄れてしまいます。

目薬の汚染に気を付けてください

容器の先端がまぶたやまづに触れたり、目薬のふたを下向きに置くと、中の薬液が汚染されてしまします。

点眼の際はふたを上向きに置き、容器の先端は目から1cmくらい離しましょう。

家族や友人との目薬の使い回しも厳禁です。ばい菌のまわしつことをすることになります。

目薬のキャップは正しく置きましょう

患者さんの協力なくして、良い治療効果は得られません。お薬の使用はご自身での管理がほとんどになります。お伝えしたことが少しでもお役に立てれば幸いです。

おわりに

待ち時間についてご迷惑をおかけしております。眼科スタッフ一同、より良い医療を提供できるよう精一杯努めて参ります。今後とも皆様のご理解とご協力の程宜しくお願ひいたします。



①手を洗う
②下まぶたを下げる
③目薬をさす
④目頭を押さえる
⑤ふき取る

あふれた点眼液はガーゼ又はティッシュで拭き取ります。

目を閉じて、約1~2分間目頭を軽く押さえます。

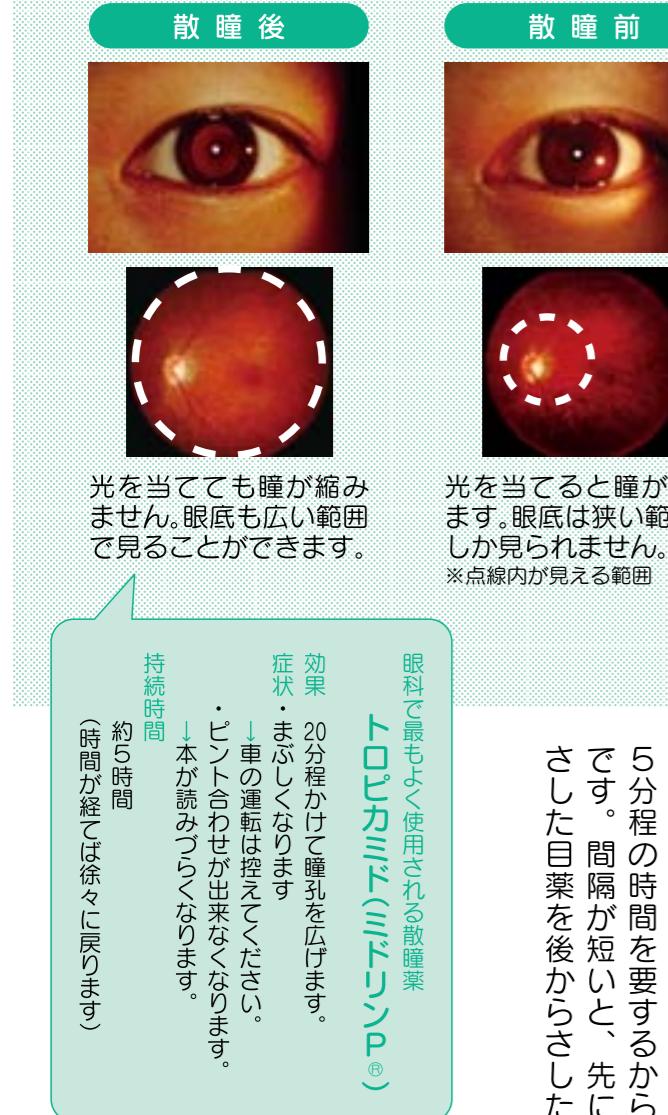


①手を洗う
②下まぶたを下げる
③目薬をさす
④目頭を押さえる
⑤ふき取る

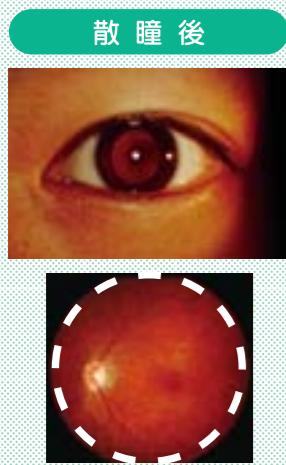
容器の先端がまつ毛に触れないようして、目薬を一滴だけさします。

下まぶたを手で下げて視線を上向きにします。

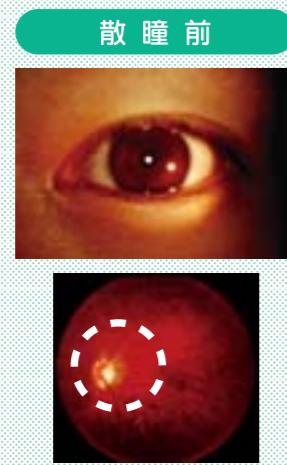
手を石けんなどでよく洗います。



【文責】
医療技術部
視能訓練課



散瞳後



散瞳前

光を当てても瞳が縮みません。眼底も広い範囲で見ることができます。

光を当てると瞳が縮みます。眼底は狭い範囲でしか見られません。
※点線内が見える範囲

トロピカミド(ミドリン®)

眼科で最もよく使用される散瞳薬

効果・症状
・まぶしくなります
・車の運転は控えてください。
・ピント合わせが出来なくなります。
・本が読みづらくなります。

持続時間
約5時間
(時間が経てば徐々に戻ります)

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなってしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなってしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなってしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなてしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなてしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目

の奥を調べる(眼底検査)

際に瞳孔が縮むと見える範囲が狭くなてしまい

詳しく診察できません。
そこで眼底の隅々までよく観察し、病気を早期発見するためには、瞳孔を広げる目薬(散瞳薬)です。糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に対する治療では必須となります。

2種類以上の点眼は5分以上間隔をあけてください

これは、点眼した目薬が目の中に吸収されるまでに5分程度の時間を要するからです。間隔が短いと、先にさした目薬を後からさしたことになります。

A

お答えします。

目は光

を当てたり、ピント合わ

せをしようとする瞳孔

が縮みます。(縮瞳)
これは意

思とは関係なく起

る便利な機能ですが、目



済生会宇都宮病院 看護専門学校つどいなんなどりる?



↑建物は回廊型に作られており、廊下側からも光を取り込めるように設計されています。



↑光の差し込む明るい2階ロビー



↑看護技術の講義



↑授業の様子



↑食べさせるのも難しい



↑「歩きましょうか」



男子学生増加中!

「済生会宇都宮病院看護専門学校」は済生会宇都宮病院の西側にあります。1学年40名、3学年で総勢120名程の学生が看護師を目指し学んでいます。

看護師になる為には、人体の仕組み・人間の生活や社会の理解・人間の発達や特徴・病気や治療法など覚えることが沢山あります。それらの知識を活用し、様々な年齢層・様々な健康障害・様々な場所で看護が提供できるよう看護学を学びます。

『済生会宇都宮病院看護専門学校』は済生会宇都宮病院の西側にあります。1学年40名、3学年で総勢120名程の学生が看護師を目指し学んでいます。

看護学の中で重要なのは看護技術です。患者様に安全な援助が提供できるよう練習も真剣です。学校で多くの学習をしますが、学生が最も成長するのは実習においてです。患者様やご家族のやりがいや厳しさを学びます。皆様との関わりで、学生は看護のやりがいや厳しさを学びます。私たち教員や病院職員は「患者様が学生を育ててくれる」といつも感謝しております。また、これからも病院をご利用の皆様に、より一層のご協力ををお願いしたいと思います。

こんなことも
しています

災害救護訓練

済生会の看護学校は全国に8校あり、西と東に分かれて合同で訓練します。



↑訓練の様子

季

節

の

素

材

で

医食同源れしひ

今日は夏野菜の代表ともいえるナスと豚肉を使った料理を紹介します♪

今回の素材
ナス・豚肉

ナスと梅の豚肉ロール



みなさん暑い夏をいかがお過ごですか？
夏は、そうめんやうどんなどさつぱりしたものを食べがちです。そうめんやうどんなどの炭水化物は、体内で消化吸収されエネルギー源であるブドウ糖になります。

ブドウ糖は肝臓でエネルギーに変えられますが、このとき必要となるのがビタミンB1です。炭水化物をしつかり摂つても、ビタミンB1が足りなければブドウ糖はエネルギーになりきらず、乳酸という物質に変わります。これが疲労のもとになってしまいます。

みなさんは夏野菜の代表ともいえるナスと豚肉を使った料理を紹介します♪

今回のレシピで紹介する

豊富に含まれています。豚

肉には、ビ

タミンB1

豚肉には、ビ

タミンB1

豚肉には、ビ