

キタバ通信

第83回



薬の塗り方

暑い時期は湿疹、寒い時期は乾燥と、塗り薬が活躍する機会は多いです。効果を十分に発揮させるためにも、塗り薬の一般的な塗り方をご紹介します。

まず、手指を石鹼でよく洗います。水や、消毒薬がでいる場合は消毒薬で、患部を清潔にします。

は1円玉大で成人の手のひら2枚分です。

スキンケアに使用する保湿剤や、筋肉痛に使用する消炎鎮痛剤では、擦り込むように

最後に、塗った後はすみやかに手を洗つて下さい。正しい塗り方を心がけ、少しでも健康な肌を目指しましょう。



多くの場合、軟膏やクリームは優しく伸ばして塗るだけ

の「塗布(とふ)」となります。

使用量は、軟膏なら少しテカテカする程度、クリームなら白い色が消える程度を目安になると良いでしょう。広範囲の目安は、チューブの穴の直径が5mm程度の場合の軟膏やクリームでは人差し指の先から第一関節まで、ローションの場合

は5mm程度の場所で、優しく繰り返し塗り込むようにして下さい。

最後に、塗った後はすみやかに手を洗つて下さい。正しい塗り方を心がけ、少しでも健康な肌を目指しましょう。

●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-7423

津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104
0721-40-2267

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0085

金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1
072-366-0131

西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16
072-365-0399

くみの木店 大阪狭山市茱萸木4-372-10
072-360-2101

●キタバ

エコール・ロゼ店 富田林市向陽台3-1-1
0721-28-3654

向陽台店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-3479

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局

検索