



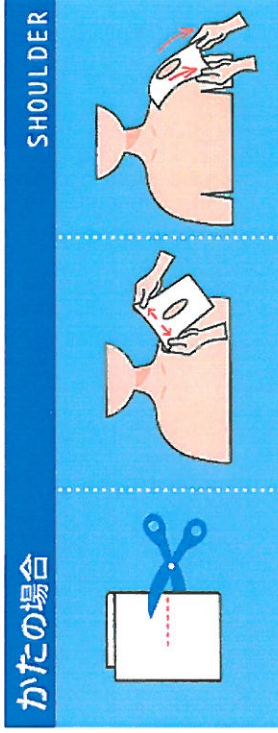
しいのみっうしん

第50号

湿布の貼り方とかぶれ対策

①湿布をはがれにくくするポイント

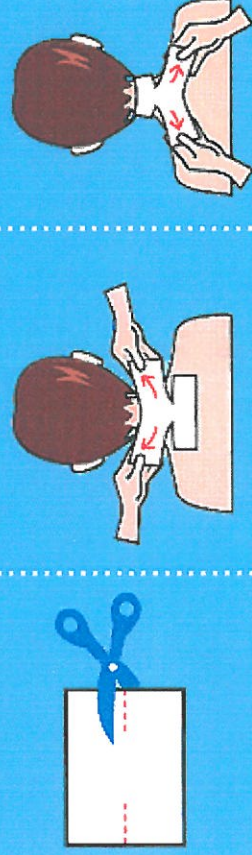
湿布を貼りたい場所というのは、ひじ、膝、肩など関節部分が多く、うまく貼れなかったり、はがれやすかったりしませんか？そんなときは、**湿布にはさみで切り込みをいれる**ことで、動かしやすく、またはがれにくいです。薄いビニール状のシートをはがす前に行ってください。



1. 2つに折り、中央に2
2. 切り込みを入れた部分
3. 下に伸ばすように貼る。～3cmの切り込みを入れ、から上半分をかたに貼る。り、最後に全体を押さえて密着させる。

くびの場合

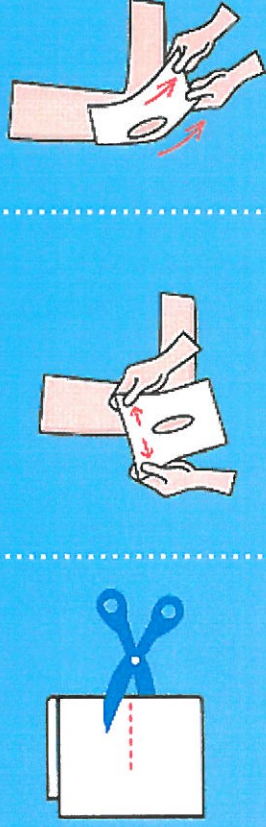
NECK



1. ヨコに2カ所に2～3
2. 切り込みを入れた部分
3. 斜め下に伸ばすように貼る。cmの切り込みを入れる。から上半分をくびに貼る。に貼り、最後に全体を押さえて密着させる

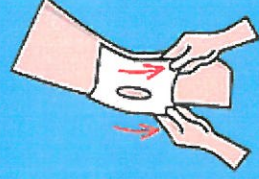
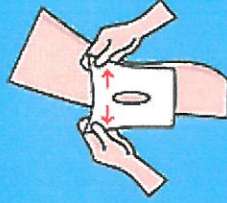
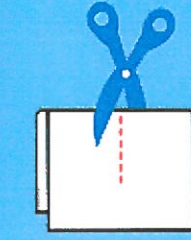
ひじの場合

ELBOW



1. 2つに折り、中央に2
2. 切り込みを入れた部分
3. 下に伸ばすように貼る。～3cmの切り込みを入れ、から上半分をひじの上部に貼る。り、最後に全体を押さえて密着させる。

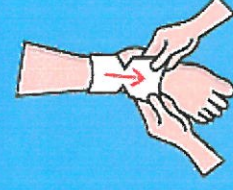
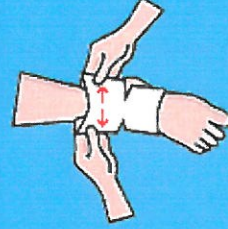
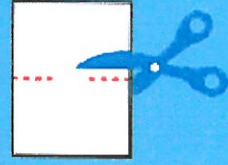
ひざの場合



KNEE

1. タテに2カ所に2~3cmの切り込みを入れる。
2. 2切り込みを入れた部分から上半分をひざ頭の上部に貼る。
3. 下に伸ばすように貼り、最後に全体を押さえて密着させる。

足首の場合



FOOT

1. タテに2カ所に2~3cmの切り込みを入れる。
2. 切れ目を足首の曲がる部分合わせて押さえ、上の部分を伸ばすように貼る。
3. 下に伸ばすように貼り、最後に全体を押さえて密着させる。

②湿布でかぶれにくくするポイント

薬剤や基剤に対するアレルギーや汗の酸敗など原因はさまざまです。

- ・貼る場所の汗や水分をしっかり拭き取ってから貼る。
 - ・傷口や粘膜、湿疹、かぶれがあるところには貼らない。
 - ・かぶれた感じがしたら、直ぐにはがすが、はがしてもしばらく効果は続いています。
 - ・長時間貼ったままにしないで、ときどき皮膚を休めます。
 - ・湿布を換えるとき、ぬるま湯で皮膚をきれいにしてから、よく乾かして 30分~1時間皮膚を休めてからはる。
 - ・はがしにくい湿布をはがすときは、ぬるま湯で湿らせてからをはがす。
 - ・かぶれの防止には・皮膚にガーゼ1枚、又は、ティッシュ1枚をおいて、その上から湿布をはる。
- ☆ケトプロフェンを含む製剤（モーラス、タッチロン）では、はがした後も紫外線（日光）があたると皮膚炎をおこすことがありますので注意しましょう（はがしたあと1カ月ぐらい）。

しいのみ薬局	関市上白金 105-1	☎0575-27-0130	Fax 0575-27-0131
しいのみセキヤ-薬局	岐阜市北山 1-14-27	☎0558-241-1818	Fax058-241-1839
華陽しいのみ薬局	岐阜市祈年町 1-19-2	☎0558-271-1640	Fax058-275-1949
南しいのみ薬局	岐阜市芥見南山 2-8-47	☎0558-244-2112	Fax058-244-2110

お薬や「健康食品」のことなどに関して、Eメール (shuinomi@blue.ocn.ne.jp) によるご相談もお受けしています。
お気軽にご相談下さい。 ファルマネットぎふ ホームページ (<http://www.pharma-net.co.jp>)

薬剤師募集中。要学生（薬学生）募集中。 詳しくは、しいのみセキヤ-薬局 渡辺まで