

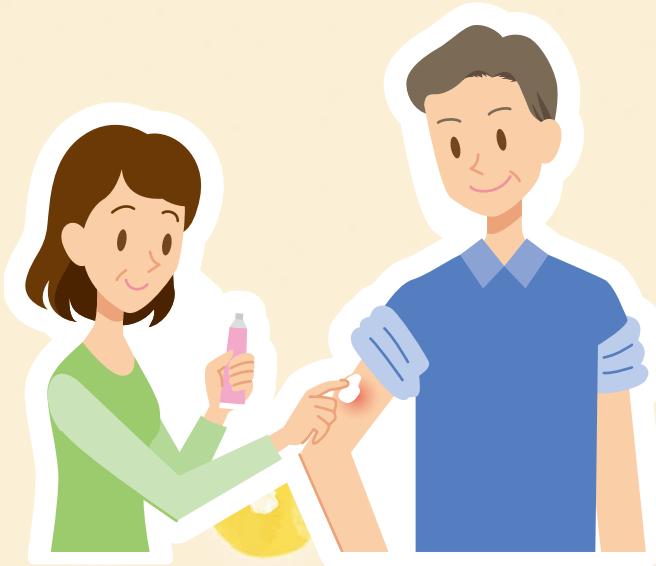
# 貼り薬と皮膚トラブル

---

## スキンケアのポイント

---

監修 あたご皮フ科 副院長 江藤 隆史 先生



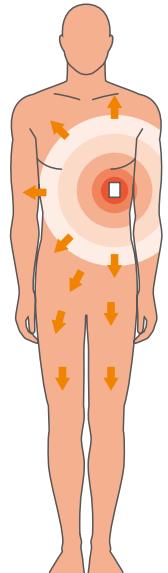
## 貼り薬の種類について

貼り薬は、薬の成分が皮膚から吸収されます。貼り薬には、薬を貼った部分に限定して直接効果を発揮する「局所作用型」と、薬の成分が全身をめぐる「全身作用型」があります。

全身作用型の貼り薬は、貼ったところから有効成分が皮膚を通して血液中に吸収されて全身をめぐります。そのため、飲み薬と同じように全身に効果が発揮されます。

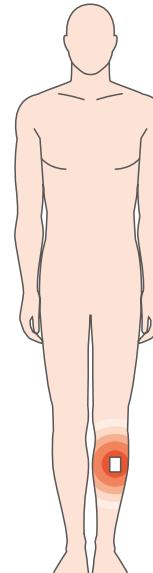
### 全身作用型

貼った部分から  
全身に効果を発揮



### 局所作用型

貼った部分から  
局所に効果を発揮



### 経口薬

口から入り  
全身に効果を発揮



## 全身作用型の貼り薬の特徴

- 貼った部位の皮膚から薬物がゆっくりと取り込まれます。
- 内服した場合には肝臓や小腸での分解や代謝を受けますが、これを避けることができます。
- 血中の薬物濃度は、貼ってからゆっくり上昇し、かつ長時間一定濃度を保つので効果が持続します。
- 貼っているのを見て判断できるので、薬の服用し忘れを防止でき、家族や介護者でも使用しているか判別できます。
- 薬を飲み込みにくい患者さんでも使用しやすいです。
- 貼った部位の皮膚に赤みやかゆみ、かぶれなどの症状が出ることがあります。



## 高齢者の肌の状態について

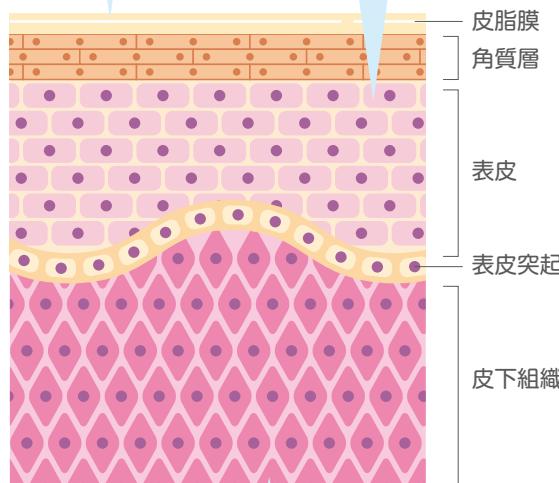
高齢者の肌では一般的に保湿機能が低下しており（乾燥など）、皮膚のトラブル（赤みやかゆみなど）が起こりやすくなっていますので、保湿剤などで保湿を行うことが重要です。

若年者



皮脂膜でコーディング  
されている

表皮が厚い



弾力性、柔軟性がある

乾燥、ひび割れを  
している

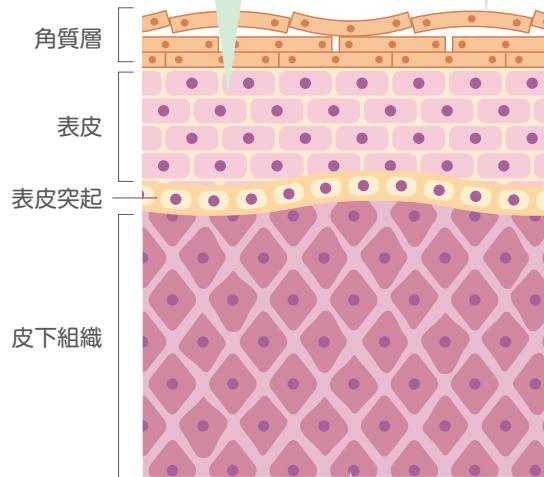
高齢者



表皮が薄い

表皮

皮下組織



弾力性、柔軟性が低下している

## スキンケアをすることで

皮膚の乾燥は、貼り薬による皮膚トラブルを起こしやすくなってしまうだけでなく、乾燥 자체がかゆみの原因にもなります。

保湿剤を使って適切にスキンケアをすることで、皮膚の乾燥を防いでバリア機能を維持し、刺激に強い皮膚に保ちましょう。

皮膚症状の軽減や予防のためにも日常的にケアを行い、貼り薬による適切な治療を続けていけるようにしましょう。



## 継続は力なり

スキンケアは1~2日だけ行っても十分な効果は期待できません。強く健康な皮膚を保つためにも継続してケアすることが重要です。



次に示すポイントをすべて行なうことが理想ですが、最初は無理をせずに1つずつ取り入れて徐々に習慣化ていきましょう。

## スキンケアのポイント

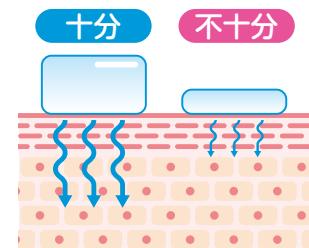
### ①保湿剤を正しく使おう

保湿剤の適切な量はご存知ですか？

保湿剤の量が少ないとせっかくのスキンケアの効果も半減してしまいます。

まずは皮膚の乾燥を防ぐために、十分な量の保湿剤を使ってケアをしましょう。

また、乾燥が気になる時は適切な量を保って回数を増やすようにしましょう。



### ②体を洗う時は強くこすらない

体を清潔にするために、ついゴシゴシ洗ってしまうかもしれません。強くこすってしまうとその刺激が皮膚トラブルを起こしやすくなってしまうことがあります。

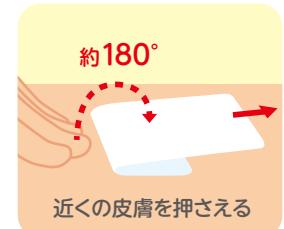
石鹼の泡を使って優しく洗いましょう。



### ③貼り薬をゆっくり優しくはがす

勢いよくはがしてしまうと、皮膚の角質も一緒にはがれてしまい、それが皮膚トラブルにつながります。

はがす箇所の近くの皮膚を押さえながら、ゆっくり優しくはがしましょう。



# 保湿剤を正しく使う

皮膚トラブルを予防するためには、保湿剤で乾燥を防いで皮膚のバリア機能を保ち、普段からケアを続けることが大切です。

正しい量の保湿剤を使用して、適切に皮膚のケアをしましょう。

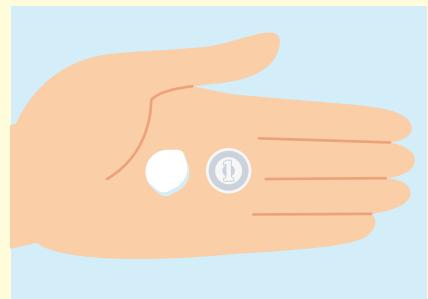
特に乾燥している冬などは、皮膚からも水分が蒸発して乾燥しやすくなりますので、よりこまめにケアを行うのが良いでしょ。

## Q どのくらいの量を塗るべきですか？

A チューブタイプで人差し指の指先から第一関節まで (FTU:フィンガーチップユニット)、ローションタイプだと1円玉くらいの大きさが、手のひら2枚分の範囲に塗る際の目安です。



軟膏とクリームタイプは大人の人差し指の一番先から第1関節に乗る量



ローションは1円玉大の量

## Q いつ塗るべきですか？

A お肌の状態に合わせて、1日に1～数回（朝、昼、夕方、お風呂上り、寝る前など）に塗りましょう。

お風呂上りやシャワーの後の場合は、水滴をふき取つて肌が乾ききる前に塗ると良いでしょ。



※クリームやローションなどを塗ったばかりの場所は、貼り薬がはがれやすくなりますので注意しましょう

## Q 乾燥が強い場合は多く塗ればいい？

A 一度に塗る量を増やすのではなく、FTUの用量を守り、こまめに保湿を行うようにしましょう。



## 入浴の際には優しく洗おう

入浴は肌を清潔で健康に保つだけでなく、心のリフレッシュにもつながるため大切にしましょう。

ただし、年齢と共に皮脂が減り、肌の保湿機能が低下するため、入浴の仕方によっては肌の乾燥を招いてしまうこともあります。

より良い入浴方法を知って、肌の健康を保ちましょう。

**Q 肌を清潔に保つために、ゴシゴシ洗って良いですか？**

**A** ゴシゴシ洗ってしまうと、皮膚のバリア機能がダメージを受けてしまい、かえって乾燥しやすく皮膚トラブルを起こしやすくなってしまうことがあります。

石鹼の泡をのせて、こすらずに優しく洗うようにしましょう。

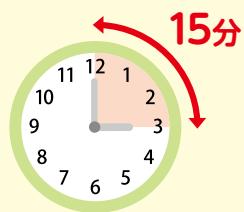
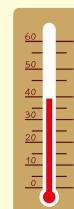
特に、赤みやかぶれが生じている箇所については、お湯を流す程度にとどめるなど、刺激を与えないように気を付けましょう。



**Q 熱いお風呂が好きですが、問題ないですか？**

**A** 熱いお湯での入浴は、皮膚の水分を保持する力を低下させて、乾燥しやすくなってしまいます。浴槽につかるのは15分程度にとどめ、温度もぬるま湯(38~40°C)くらいにすると良いでしょう。

38~40°C



**Q お風呂上りの体の拭き方にも注意した方がいい？**

**A** 体を洗う際と同じく、強くこするとダメージを受けて乾燥しやすくなってしまいます。

体を拭く際は、タオルを押し当てるようにして、優しく体の水滴を取りましょう。

## 貼り薬をはがすときも優しく

貼り薬を乱暴にはがしてしまって、皮膚の角質まではがれてしまうことがあります。せっかく行ったスキンケアの効果も弱くなってしまいります。

そのため、なるべくゆっくり優しくはがして皮膚へのダメージを抑えましょう。

1

パッチの角の1つをつまみます。

皮膚を爪などで傷つけないようにしましょう。



2

近くの皮膚をそっと押さえ、  
パッチを上にひいて少しあげします。

パッチで皮膚を引っ張らないように  
気をつけましょう。



3

はがす方向に折りたたみ、  
近くの皮膚を押さえながら、  
ゆっくりとやさしく、  
少しづつはがします。

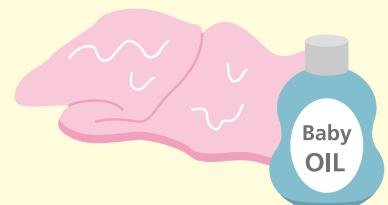


Q

貼り薬のノリが肌に残ってしまった場合は  
どうしたらいい?

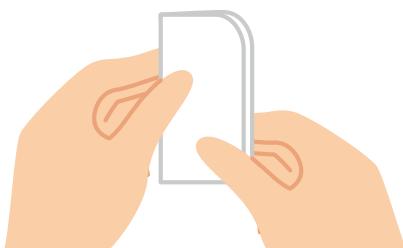
A

皮膚に粘着成分が残った場合、少量のベビーオイルやぬらしたタオルなどでやさしく取り除いてください。タオルなどでゴシゴシこすってしまうと、ダメージを受けて乾燥しやすくなってしまいますので、避けましょう。



## はがした後の捨て方

使用済みの薬にはまだ成分が残っているため、接着面を内側にして折りたたみ、子どもの手の届かないところや目につかないところに捨ててください。



## 皮膚障害が出てしまった場合には

スキンケアをしっかりしていても、皮膚トラブルが発生してしまうことがあります。

その際に搔いてしまうと更に症状が悪化してしまうため、なるべく症状が出ている部位には触れないようにしましょう。

また、症状が長く続く場合や徐々に悪化している場合には、すぐに主治医に相談しましょう。

