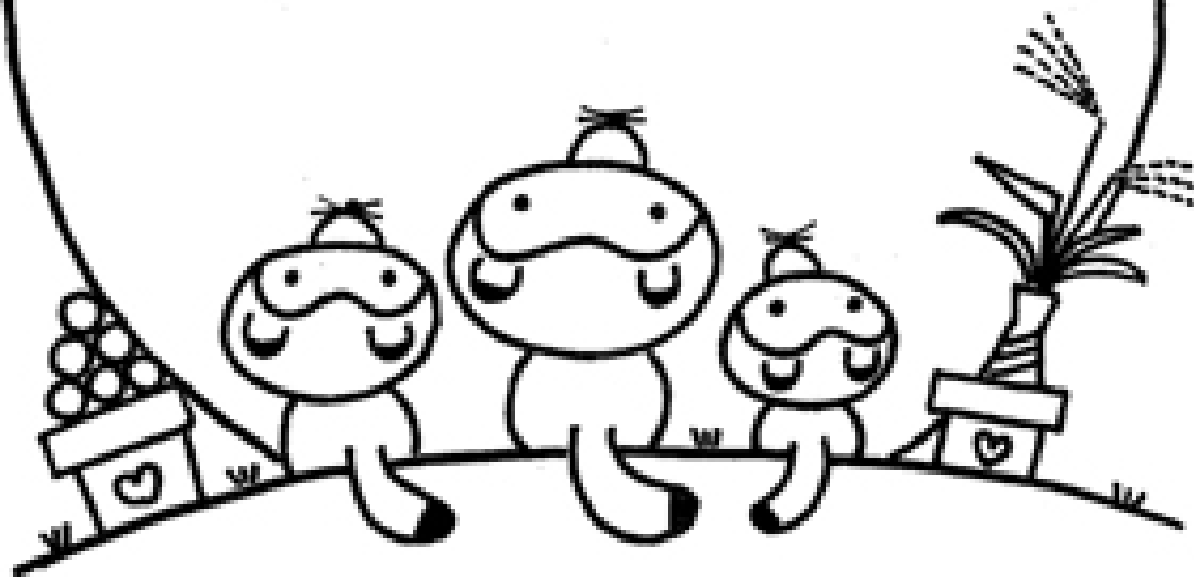


とよたち

美肌通信



9月号 Vol14

〈ぬり薬〉 院友の只

皮膚科を受診すると多くの場合 ぬり薬が処方されます。しかしそのぬり薬、皆様はどれだけの面積にどれ位の量を塗、ておられますか？特に広い範囲に塗る場合、何グラム程塗れば良いのか分からないという事はないでしょうか？そこで今月号ではその目安をお話しさせて頂きます。

大人の手の平(両手)をくっつけた面積に必要なぬり薬の量が約0.5gです。これが基本となりますので先ずこの事を覚えて下さい。

では次に約0.5gとは いったいどの位かという次の様に なります。

- ① クーブの場合：大人の人指し指の第1関節までを出して下さい。この長さが約0.5gとなります。
- ② カマフの場合：大人の人指し指に①位になる様か、とすく、て下さい。又は人指し指に1円玉～10円玉位になる様すく、て下さい。
- ③ ローションの場合：手の平に1円玉程度が約0.5gの目安です。

次にこれら約0.5gの量を指示された部位に塗る
のですが、対象となる患者様が大人でも子供
でもハタマタ乳幼児でも全く同じことです。

分かり易い所で背部を思い出して下さい。

例えば幼児の場合、上背部(肩甲骨の上下付近)
で大人の手の平2枚分、つまり約0.5g、中背部で約0.5g

以下同じ様に下背部と臀部でそれぞれ約0.5g

必要となり背部から臀部まで合計2g必要となる

計算です。無論同年代でも体格によって違いは

ありますが、『大人の手の平2枚分^に必要分量が人指し指
刺関節までの量』と覚えておけば全て応用が

たかくことと思います。以上のことは「フィンガー4...7°

ユニット」と言って本邦のみならず海外でも通用

する基準となつています。但し経験的な例外を申し

ますと A.水虫薬 B.髪が生えている頭部にローションを

ぬる時 C.顔のニキビにぬる時 D.狭い範囲に外用

する時 などは例外と言えまふので 当クリニックでは、

初診時に必要に応じて適切な外用方法を説明

させて頂いておりますので ご安心下さい。

軟膏・クリームの場合

ローションの場合



大人の手2枚分くらいの広さの患部に。



5gチューブ1本で、大人の手20枚分に相当します。

塗り薬は塗る範囲・塗る量・塗る回数によって十分効果を発揮したり、逆に効果が出なかつたりするものです。従って十分な効果を発揮させるには、必要な箇所に必要な量を必要な回数塗る事に尽きます。しかたから例えば、我が子のことは言え、入浴後に親も体がぬれているにも拘らず子供の水分を拭きとり、塗り薬をぬってハンジヤマを着せてなおかつ自分の体を拭き、自分の着替えをし、最後に化粧水をやっと塗れど状態で、その頃は顔もハリハリになつても子供優先をつらぬき大変ご苦労されていることと存じます。しかし毎日の事ですから並大抵のことでは無いでしょう。しかしこれを根気強く行つて頂けば私の願いである「皮膚を感じたい生活」を実感して頂けると信じております。いつでも不安な点、疑問点があればお声をかけて下さい。患者様と共に悩み考え昨日よりも今日、今日よりも明日の改善を全力で応援致します。