

## Part 3 ちょんちょん塗って仕上がりはピカッ☆

平谷 ことも発達クリニック 中西 康子さん

TEL.0776-54-9600

住所 福井市北四ツ居2-1409



### 【Profile】

大阪府立羽曳野病院小児科（現 府立呼吸器・アレルギーセンター）の小児科でアレルギーについて学び、現在まで小児科一筋。結婚を機に来福し、アレルギー専門医を求めて平谷 ことも発達クリニックの門をたたく。二人のやんちゃ坊主の母しています。



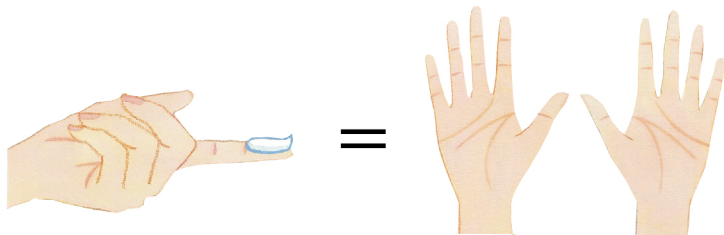
教えて!  
子どもの  
アレルギー

今回は軟膏の塗り方についてのお話です。来院されたお母さん方に軟膏の塗り方を聞くと、お薬を多量に使いたくないとか、浸透させるとよく効くような気がするとか、漠然とした理由から少量の軟膏を塗りこんで使用している傾向があります。軟膏をこしこしと塗りこむと皮膚に摩擦をかけることになり痒みのある皮膚が刺激を受けます。それにより軟膏を塗った後にかゆみを感じ、更に掻くことで湿疹を悪化させることとなります。

軟膏は人差し指の第一関節までの長さ(約2cm)をチューブから出すと、その量で塗れるのは大人の手のひら2枚分です。塗り方としては指に出した軟膏を、塗りたい部位の数か所に置き、その後指の先でちょんちょんと優しく広げて下さい。仕上がりは少しピカッとなるくらいです。「塗る」と言うより「皮膚に置く」というイメージです。少しでも軟膏の量を減らしたいと考えるかもしれません。でも軟膏は一定量以上吸収されません。余分なものが服についてしまったりはしますが、副作

用の面から心配することはありません。せっかく治そうと塗っている行為が、刺激をかけることになったのでは逆効果です。皮膚に優しい塗り方が大切です。

次回からは食物アレルギーにお話を変わっていきます。



一差し指の第一関節までの長さ (約2cm)

大人の手のひら2枚分に塗れる