

ステロイドは危険な薬というイメージを持つ人も多いようです。しかし、ステロイド自体は副腎皮質ホルモンともいわれ、体内で分泌されいろいろな生理作用をもっています。細胞膜を構成するコレステロール、男性及び女性ホルモン、骨の代謝に重要なビタミンD、血糖の上昇に関与するホルモンなど生物にとって不可欠な物質もステロイドの仲間です。

ステロイドと言えば軟膏やクリームなどのぬり薬を思い浮かべるかもしれませんが、医薬品としてのステロイドは飲み薬や吸入薬、点眼薬、注射薬などにも使用されています。炎症を鎮めたり、アレルギー反応などの異常な免疫を抑制する目的で使用され、治療にはなくてはならないお薬です。ステロイド配合のぬり薬は、一般用医薬品（薬局等で購入できる薬）にもたくさんあります。皮ふ炎、虫さされ、かぶれなど部分的な症状を緩和するために幅広く利用されています。正しい使い方をすれば効果があり、副作用のリスクは低く安心して使用できます。



ステロイド配合のぬり薬には、使用量の目安としてフィンガー・チップ・ユニット（FTU）という単位があります。軟膏やクリームでは大人の人差し指の先から第1関節までの量、ローション剤では1円玉の量が1FTUとなります。この量を大人の手のひら2枚分の面積に塗り広げるのが適量です。ステロイドは効力のとても強いものから弱いものまでいろいろな種類があります。症状やぬる部位により使い分けことが大切です。薬剤師に相談してお選びください。また、ぬり薬を利用する時には次のことに気をつけてください。



- 患部の汚れ、汗などをきれいにふき取りましょう。
- ぬり薬をとる手、特に指先を洗ってからぬりましょう。
- やさしくぬり広げましょう。ゴシゴシ強くすり込まないようにしましょう。
- 皮ふが厚く固い部位は入浴直後の皮ふが柔らかくなっている時にぬると効果的です。

なお医療機関から処方されたステロイド配合のぬり薬を使用する時は処方医、調剤した薬剤師の指示を守って正しく使用しましょう。