



くすりとからだ ～ステロイド外用薬の上手な使い方～

2025年夏号

こんにちは。市立御前崎総合病院薬剤科です。

暑い日が続きますね。夏バテや熱中症に気を付けていきましょう！

今回は**ステロイド外用薬の上手な使い方**を紹介していきます。

皆さんも皮膚トラブルなどでステロイドが入った外用薬を使用したことがあるのではないのでしょうか？

“どのくらい塗ればいいのか” “ステロイドは強いって聞くけど注意した方がいいことはあるのか” など

疑問に思うことがあると思います。今号ではそのような疑問に役立つ情報を紹介できればと思います。

はじめに

ステロイドは、もともと体内の副腎という臓器で作られているホルモンで、このホルモンが持つ作用を薬として応用したものをステロイド薬(副腎皮質ステロイド薬)と言います。

外用薬だけでなく内服薬や注射薬などもあり、様々な病気の治療に用いられています。

今号で取り上げるステロイド外用薬は湿疹・皮膚炎を中心に皮膚疾患の治療に幅広く用いられます。

以下にステロイド外用薬の主な働きと副作用を示します。

ステロイド外用薬の主な働き

抗炎症作用	炎症を促す物質の産生を抑制する
細胞増殖抑制作用	炎症反応を引き起こす細胞の増殖を抑える
血管収縮作用	炎症部の血管を収縮させることで、患部の赤みを鎮める
免疫抑制作用	抗体の産生を抑制する

ステロイド外用薬の主な副作用

局所性副作用	薬を塗った部分に毛が生える・増える、毛細血管が目立ってくる にきびやおできがでやすくなる／悪化する、皮膚が薄くなる・赤くなる など
全身性副作用	小児における成長障害、成人におけるクッシング症候群 (体内のホルモンバランスが崩れることで起こる肥満や高血圧、うつ、骨粗鬆症などの症状)

長期にわたって大量に、かつ効果の強いステロイド外用薬を使用し続けると、全身性の副作用が起こることはまれです。どんな薬でも副作用の心配が全くないものはありませんので、用法用量を守って正しく使用する必要があります。

ステロイド外用薬の強さ

ステロイド外用薬は強さによって5段階に分けられます。市販薬に使われるのはstrong、medium、weakのみ。

ランク	主な成分	処方薬	市販薬
strongest(ストロングスト：最も強い)	クロベタゾールプロピオン酸エステル ジフロラゾン酢酸エステル	○	×
very strong(ベリーストロング：とても強い)	モメタゾンフランカルボン酸エステル ベタメタゾン酪酸エステルプロピオン酸エステル フルオシノニド ベタメタゾンジプロピオン酸エステル	○	×
strong(ストロング：強い)	デキサメタゾンプロピオン酸エステル デキサメタゾン吉草酸エステル ベタメタゾン吉草酸エステル フルオシノロンアセトニド	○	○
medium(ミディアム：普通)	ブレドニゾロン吉草酸エステル酢酸エステル トリアムシノロンアセトニド クロベタゾン酪酸エステル ヒドロコルチゾン酪酸エステル	○	○
weak(ウィーク：弱い)	ブレドニゾロン ヒドロコルチゾン酢酸エステル デキサメタゾン酢酸エステル ブレドニゾロン酢酸エステル	○	○

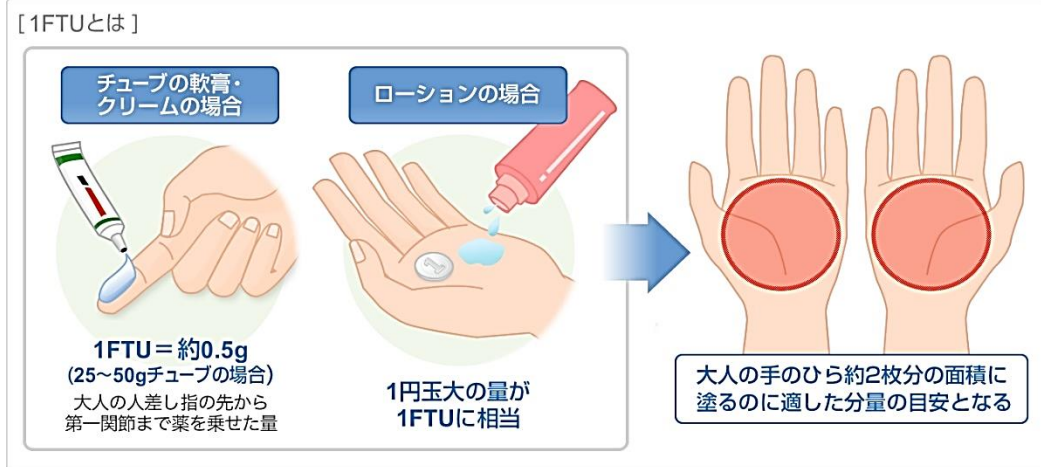
ステロイド外用薬の上手な使い方

ステロイド外用薬を使う場合は、一般的に次のことに気を付けて使いましょう

- ① **清潔な手で、清潔な患部に**：石鹸と流水で手を洗い、清潔なタオルなどで乾かした手で塗る。汚れた皮膚に薬を塗っても十分に効果は発揮されない。塗るのは肌が清潔なお風呂上りが最適。ただし、肌への刺激を減らすため体のほてりがおさまってから塗るように。
- ② **薬の塗り方**：薬を擦り込まず、やさしく伸ばして塗る。
- ③ **チューブの口に触らない**：チューブ内の薬を汚染させないため、チューブの口から直接患部に塗らない。薬を指に取る際に、指がチューブの口になるべく触れないよう注意する。

- ④ **1回に塗る量**：1FTU(フィンガー・チップ・ユニット)※を基本に塗る。

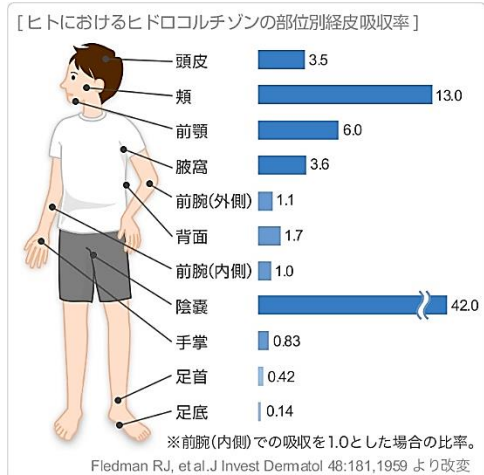
※大人の人差し指の先から第一関節まで薬を乗せた量：約0.5g)を大人の手のひら約2枚分の範囲に塗る



第一三共ヘルスケア くすりと健康の情報局 ステロイド外用剤の上手な使い方
<https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/knowledge/steroid/> から画像引用

- ⑤ **使用期間**：5～6日間使用しても症状が改善しないときは使用を中止し、医師や薬剤師へ相談する。
- ⑥ **1日の塗布回数**：通常は1日1～2回で十分。症状が改善してきたら回数を減らすか、ノンステロイドタイプの皮膚用薬へ切り替える。ただし、処方薬について医師の指示があるときは指示通りに使用する。
- ⑦ **化膿している患部への使用は注意**：化膿している部位へは抗生物質を配合している皮膚用薬を使う。ステロイドのみの外用薬を使用すると感染が悪化してしまうことがある。
- ⑧ **塗る部位による吸収率の違い**：

部位によってステロイド外用薬の吸収率は異なる。
腕を1とした場合に、頭皮3.5倍、手のひら0.8倍、足裏0.1倍
皮膚の厚さによって吸収率は異なる。
吸収されやすい部位は頬(13倍)、陰囊(42倍)。
吸収率の高い部位ほど局所の副作用は出やすくなるので注意が必要になる。顔や皮膚の薄い部分に使う場合や、小児や高齢者が使う場合はステロイド外用薬の強さを1ランク下げるもしくはノンステロイドタイプの皮膚用薬を使うのが望ましい。
乳幼児へのステロイド外用薬の使用は
医師や薬剤師など専門家へ相談しましょう。



第一三共ヘルスケア くすりと健康の情報局 ステロイド外用剤の上手な使い方
<https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/knowledge/steroid/> から画像引用

さいごに

ステロイド外用剤についてざっくりとご紹介させていただきましたがいかがだったでしょうか。皆様に少しでも気づきがあれば幸いです。参考になると思った点は今日から取り入れていきましょう。その他、ステロイド外用薬について気になる点がある場合は医師や薬剤師へ相談して下さい。