



おくすり通信

No. 58 湿布薬の基本

こんにちは、薬剤科です。暖かな季節となり、運動を始める方も多いのではないのでしょうか。筋肉痛には定番の湿布薬についてご紹介します。

《基本的な湿布の知識》

湿布には、水分を含んだ基剤を使用しているパップ剤、水をほとんど含まない基剤を使用しているテープ剤があります。それぞれの基本的な特徴をご紹介します。

	厚み	水分	基本的な使用	粘着力	適している場所
パップ剤	厚い	○	熱感や腫れがある急性の痛みに	弱	背中や腰など可動域の小さい部位
テープ剤	薄い	×	慢性的な痛みに	強	肘、膝など可動域の大きい部位

テープ剤は剥がれにくいメリットがありますが、剥がす時に角質も一緒に剥がれてしまうことがあるため、ゆっくり剥がすなど注意が必要です。

《冷湿布と温湿布》

湿布には冷湿布と温湿布があります。冷湿布は熱感、腫れを伴う急性の痛みに対して、温湿布は慢性的な痛みに対して使用されます。パップ剤は急性の痛み、テープ剤は慢性の痛みに使用とご紹介しましたが、製品によっては冷感のあるテープ剤や温感のあるパップ剤など幅広い種類がありますので、求めている使用感により近い湿布薬を選択しましょう。

皮膚が弱くてかぶれやすい、、、 →パップ剤

寝ている間に剥がれてしまう、
服の袖でめくれてしまう、、、 →テープ剤

！温感成分の正体はトウガラシ成分！

お風呂で暖まると落ち着く →温感タイプ
冷やすと気持ちいい →冷感タイプ

基剤自体に水分が含まれているため、
ひんやり感を重視するならパップ剤を



《市販薬》

市販されている湿布薬の一部をご紹介します。当院で処方されることの多いモーラステープ、アドフィードパップなどと同成分の湿布薬は市販されていません。市販薬は種類が豊富であり、迷われる方も多いかと思いますが、今回の内容を参考に自分に合った湿布薬を選択してみましょう。

市販薬	成分	用法
ロキソニンS パップ/テープ	ロキソプロフェン	1日1回2枚まで
フェイタスZ ジクサス(テープ)	ジクロフェナクナトリウム	1日2回まで
フェイタスZ ジクサス大判(テープ)		1日1回1~2枚
フェイタス5.0(テープ)	フェルピナク	1日2回まで

※似たような商品名でも成分が異なることも！

だいたいの商品は
パップ剤・テープ剤あり！
冷感・温感だけでなく、
大きさも様々な種類が
そろっている！

そのほか気になる点がございましたら、お気軽にご相談ください。