


中綴じの場合も無線綴じと同様に  
ページ順の配置でご入稿下さい

マイボーム腺機能不全とは？くわしく解説！



### マイボーム腺関連疾患のホームケア 眼瞼清拭／リッドハイジーン

Section10 (がんけんせいしき)

#### まぶたを清潔に保つ


汚れたマイボーム腺の脂の排出をうながし、固まってしまった古い脂や角化物(垢のようなもの)の詰まりを除去、さらにマイボーム腺周囲の細菌量を減らすために  
行います。



#### Point


- 指のはらでまつ毛の根元周囲をやさしくマッサージします
- 鼻側から耳側へ(内側から外側へ)一方通行で洗いましょう
- 温罨法のあとで行うとさらに効果が高まります
- 洗顔や歯磨き同様、毎日行くと効果的です




**眼瞼清拭の動画**

眼瞼清拭(リッドハイジーン)の  
手順を動画でご覧いただけます。

▼リッドハイジーン



▼マイボシャンプー



#### お勧め商品

商品画像	商品名	販売元	特徴
	アイシャンプーPro	メディプロダクト	ジェル状
	ティーツリー洗顔フォーム	ホワイテメディカル	泡状
	マイボシャンプー50	ビジョン・リーディング・パートナーズ	泡状 塩化ベンザル コニウムフリー
	マイボシャンプーTea Tree1.0	イナミ	泡状 TeaTree Oil入り
	メシル	ロート製薬	泡状
	オキユソフト	ホワイテメディカル	滅菌個包装 洗い流し不要
	Dr. Fischer目元ふきとりシート	Fischer Pharmaceuticals Ltd.	防腐剤フリー 60℃以内、20秒間温め て使うと温罨法効果

#### HOT TOPICS!

まつ毛の根元(マイボーム腺の出口)に  
ダニ(ニキビダニ)がいて、MGDやものもらい  
の原因になっている可能性があることが  
わかってきました。  
ダニを洗い流すことが有効です。

