

ミチーガ[®] 自己注射ガイドブック

ミチーガをご自身で注射される方へ

監修：五十嵐 敦之 先生

(いがらし皮膚科東五反田 院長)



ミチーガの自己注射の方法については、動画でもご確認いただけます▶



ミチーガをご自身で注射される方へ

このガイドブックは、ミチーガを処方されている患者さんもしくはそのご家族の方が、適切かつ安全に使用するための方法を紹介したものです。

自己注射の開始にあたっては、まず医療機関で十分な説明を受け、注射方法を練習します。注射が正しくできるようになったことを医師や看護師が確認し、自己注射へと移行します。

自己注射の方法についてわからないことや不安なことがありましたら、主治医もしくは医療機関にご相談ください。

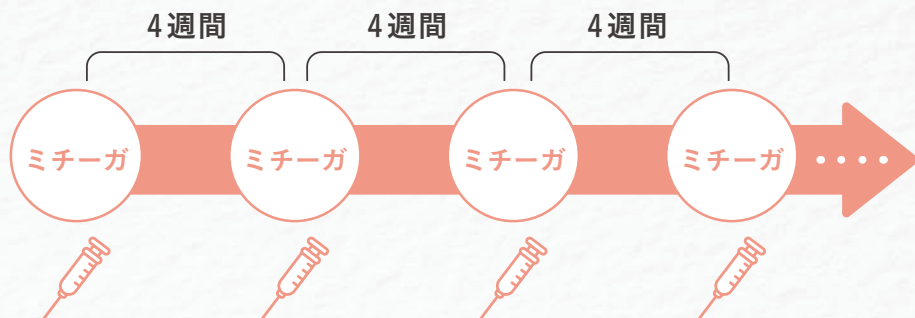
自己注射を行う場合、十分な体調管理が大切です。体調の変化がみられたときは、すぐに主治医に連絡してください。

目次

注射のスケジュール	2
保管方法	2
注射に必要なもの	3
注射の準備	3
注射する部位	10
注射方法	11
廃棄方法	15
注射のあとに	16
ミチーガ治療中に予想される主な副作用	17
ミチーガ治療中にご注意いただきたいこと	18
ミチーガ自己注射の Q&A	19

注射のスケジュール

ミチーガは、4週間に1回、1本を皮下注射します。注射のスケジュールについては、主治医の指示に従ってください。



保管方法

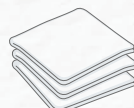
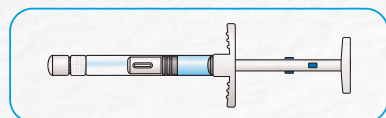
- 医療機関で受け取ったミチーガは、室温(1～30℃)で保管してください。
- 保管場所が30℃を超える場合は、冷蔵庫等の30℃以下になる場所で保管してください。凍結を避けるため、冷蔵庫のチルド室や冷気の吹き出し口付近には置かないでください。
- 直射日光のあたる場所には置かないでください。遮光して保管する必要があるため、外箱に入れたまま保管してください。
- 小さなお子さんの手の届かない場所で保管してください。



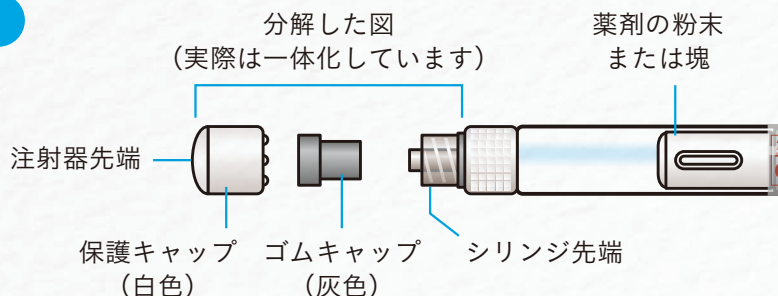
注射に必要なもの

注射にあたっては、下記のものをご準備ください。不足しているものが

- ミチーガ皮下注用60mgシリンジ (注射器)
- 注射針
- アルコール綿 (3枚)



各部の名称



注射の準備

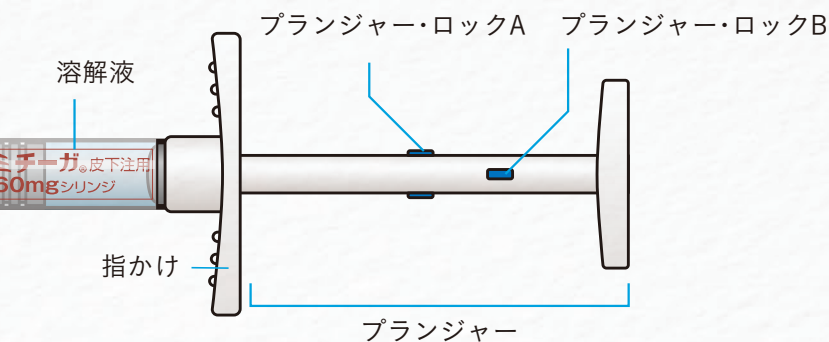
- 1 注射をする場所を確保します。



明るく、平らで安定した場所を選んで清潔にしてください。

あれば注射せず、医療機関に連絡してください。

- 準備マット 廃棄ボックス (使用済み注射器入れ) 自己注射記録ノート



2 手を洗います。



せっけんを使って手を丁寧に洗い、清潔なタオル等でふいて乾かします。

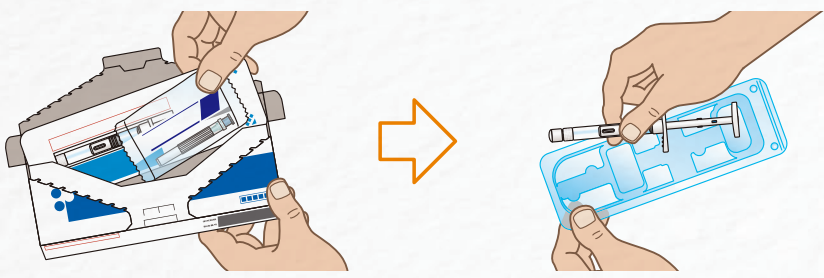
3 準備マットの上に必要なものを並べます。

① 準備マットを置き、アルコール綿で消毒します。

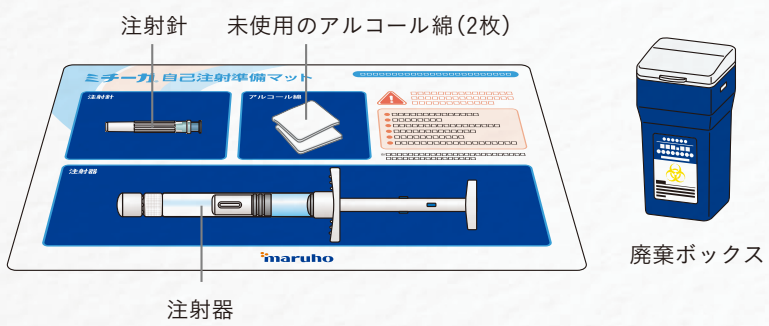


② 注射器と注射針を包装から取り出します。

● 冷蔵庫で保管していた場合は、注射する15～30分前に冷蔵庫から取り出し、外箱に入れたまま常温に戻してください。



③ 準備マットの上に、注射に必要なものを並べます。



● 下記の項目を確認し、異常が認められた場合は使用せず、主治医もしくは医療機関に連絡してください。

- ミチーガが使用期限内である
- 薬剤が白色である
- 溶解液が透明で異物が混入していない
- 注射針や注射器に損傷がない
- 注射器から液漏れがない
- 注射器に白色の保護キャップがついている

※ 注射器の内壁に無色～白色の斑点を認めることがありますが、付着した薬剤であり異常ではありません。

使用期限の記載部位

外箱



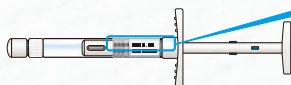
使用期限 

ブリスターケース



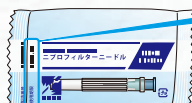
使用期限 

注射器



使用期限 

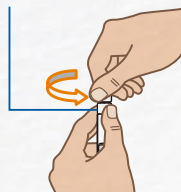
注射針



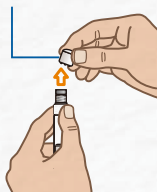
使用期限 

4 注射器の保護キャップ（白色）と、ゴムキャップ（灰色）を外します。

白い部分を持つ

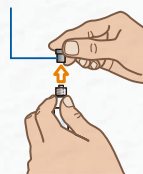


保護キャップ(白色)



- ① 注射器先端を上に向けて白い部分を持ち、保護キャップ(白色)をひねって外します。

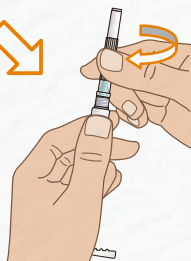
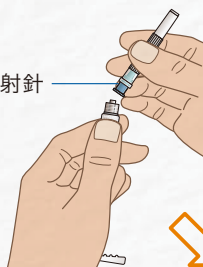
ゴムキャップ(灰色)



- ② ゴムキャップ(灰色)を外します。

5 注射器に注射針を取り付けます。

注射針

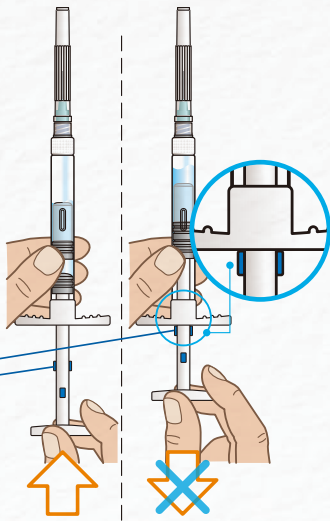


注射器先端を上に向けて持ち、注射針を図の矢印の方向(時計回り)にねじ込みながら、回らなくなるまでしっかりと装着します。

- 以降の操作は、必ずゴムキャップを外し、注射針をつけた状態で行ってください。シリンジ内の圧力が高まり、液漏れが発生することがあります。
- 注射針のキャップは、注射の直前に外してください。
- 薬剤がこぼれる可能性があるので注射器は上向きに持ってください。

6

溶解液を薬剤の部分に流し込みます。



プランジャー・
ロックA

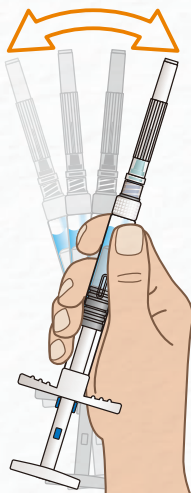
プランジャーを
引かないこと

- ① 注射針側を上に向けて注射器を持ちます。
- ② プランジャーをプランジャー・ロックAで止まるまで押し込み、溶解液を薬剤の部分へ流し込みます。

- プランジャーは押し込んだままにして、引かないでください。薬液が逆流する場合があります。
- 針先から薬液が漏れたり、溶けていない薬剤が先端に詰まる可能性があるため、必ず注射針側を上向きに持ってください。
- プランジャー側に残った溶解液が手元にかかる場合がありますが、問題ありません。

7

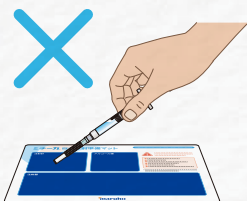
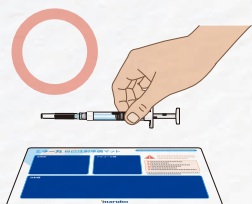
薬剤を溶かします。



注射針を上に向けた状態で、注射器を60秒以上左右に振り、薬剤を溶かしてください。薬液が泡立っても問題ありません。

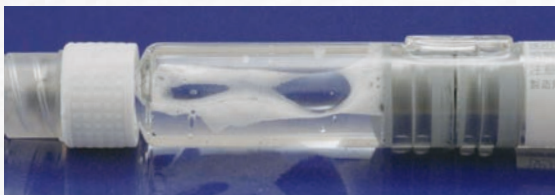
- 針先から薬液が漏れる可能性がありますので、水平よりも下向きにして振らないでください。

⑧ 注射器を準備マットの上に水平に置き、 薬剤が完全に溶けるのを待ちます。



注射器を準備マットの上に置くときには、傾けず、水平に持って置いてください。

溶かした直後



泡で全体が白っぽく見えます。

5分ほど経った後



5分ほど経つと泡がおさまり、薬液が透きとおります。
(図に示す程度の一定量の泡が残っていても問題ありません)

薬剤が完全に溶けていない場合は、手順⑦⑧を繰り返してください。

- 次のような場合は、注射をせずに、主治医もしくは医療機関に連絡してください。
 - 薬剤を溶かした際に、薬液が変色している(正常な色は無色～微黄色です)
 - 左右に振ることと5分ほど置くことを、3回以上繰り返しても、薬液に不溶物が認められる
- ※ ゴム栓部へ巻き込まれた薬剤の溶け残りは問題ありません。
- 薬剤を溶かした後はすぐに使用してください。使用できない場合は30℃以下の室温で保管し、4時間以内に使用してください。

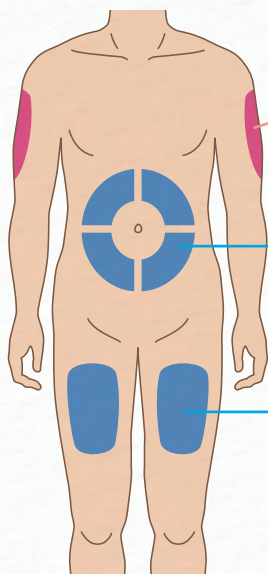
注射する部位

9 ミチーガを注射する部位を選択します。

「腹部」「大腿部」「上腕部」のいずれかに注射します。ご自身で注射する場合は、腹部または大腿部に注射してください。ご家族が注射する場合は上腕部に注射することも可能です。

注射する部位について主治医から指示があった場合は、その指示に従ってください。

注射に適した部位



上腕部（二の腕）の外側

※ご家族が注射する場合のみ可能です。
ご自身で注射する場合は、この部位は避けてください。

腹部（お腹）

※脇腹や、へその周り5cm以内の範囲は避けてください。

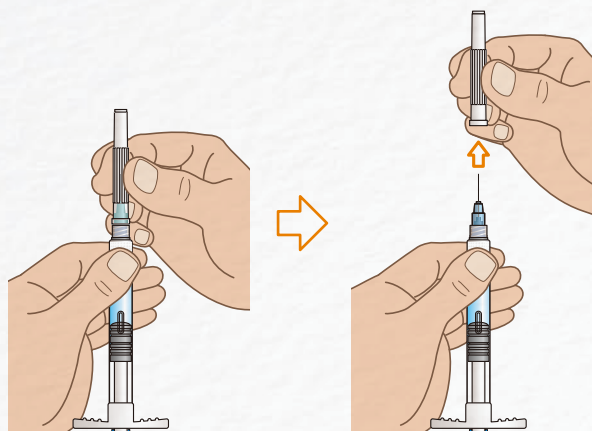
大腿部（太もも）

※太ももの外側や内側、足の付け根や膝の近くは避けてください。

- 次のような部位への注射は避けてください。
 - 皮膚に損傷、打撲や傷のある部位
 - アトピー性皮膚炎の強い炎症を伴う部位
- 同じ部位に繰り返し注射すると、皮膚が硬くなる可能性があるため、前回注射した部位とは違う部位に注射してください。

注射方法

10) 注射針のキャップを外します。

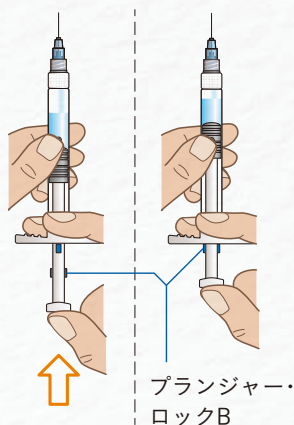
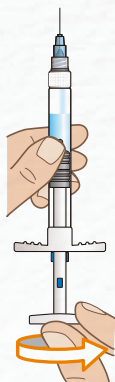
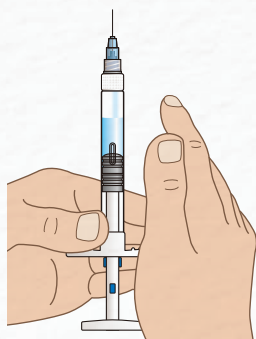


注射器を上に向けた状態で白い部分を持ち、注射針のキャップを外してください。

- キャップを外す際、プランジャーを押したり引いたりしないでください。
- 薬液が漏れる可能性があるので注射器を下向きに持たないでください。
- 針先を触ったり、他のものに接触したりしないようにしてください。
- 一度外したキャップは、再度取り付けないでください。キャップを外した後は放置せず、すぐに次の手順に進んでください。

11 空気(気泡)を先端部に移動させます。

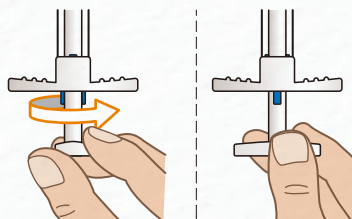
- ① 注射針を上に向けた状態で、注射器の胴体を指先で軽くたたき、気泡を注射器の先端に移動させます。
- ② 片手で注射器を持ったまま、プランジャーを図の矢印の方向に90度回転させます。
- ③ プランジャーをプランジャー・ロックBで止まるまで押し込みます。



● 針先から薬液が漏れる可能性がありますので、注射器は上向きに持ってください。

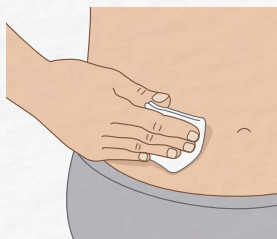
- プランジャーを引かないでください。
- 押し込んだ後に注射器内に少量の空気が残りますが、問題ありません。
- プランジャーを押し込んだときに、針先から薬液が漏れたり、プランジャー側に残った溶解液が手元に流れることがありますが、問題ありません。

12 注射の前に、ロックを解除します。



注射針を上に向けた状態で、プランジャーを図の矢印の方向に90度回転させてください。こうすることで薬液を注射可能な状態となります。

13 注射する部位を消毒します。

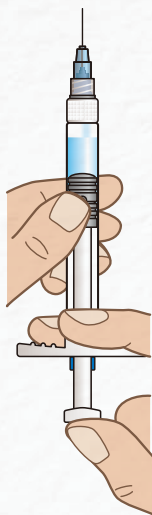


注射する部位をアルコール綿でふき、10秒ほど自然乾燥でよく乾かします。

- 消毒した部位に触れたり、息を吹きかけたりしないでください。

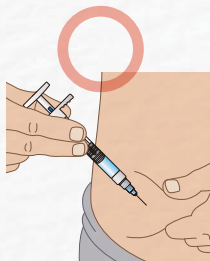
14 消毒した部位に注射針を刺します。

- ① 注射の直前に、注射器内の空気を抜きます。注射針を上に向けた状態で、注射器の胴体を指先で軽くたたき、気泡を注射器の先端に移動させます。プランジャーをゆっくりと押し上げ、針先から薬液がわずかに出始めたら、そこで押し上げるのをやめてください。

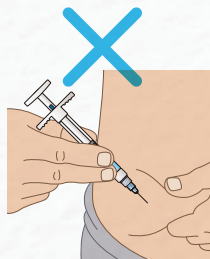


- 図に示す程度の小さな気泡が残っていても、注射には問題ありません。

- ② 片方の手で注射器の指かけの近くを持ち、もう片方の手で注射する部位の皮膚を優しくつまみます。



注射器の指かけの近くを持ち、プランジャーは持たないでください。



注射針の近くを持つと、次の手順が実施しにくくなるので、指かけの近くを持ってください。

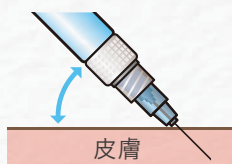
③注射針を皮膚に対して斜めにして、つまんだ部分に刺してください。

刺す深さと角度

皮下脂肪のある、たるみがあってやわらかい部位が注射に適しています。注射の方法について主治医から指示があった場合は、その指示に従ってください。

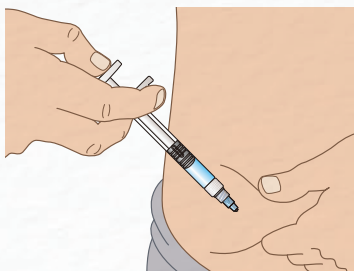
角度：約 45 度

深さ：根元まで



●一度注射針を刺した後、抜いたり角度を変えたりしないでください。

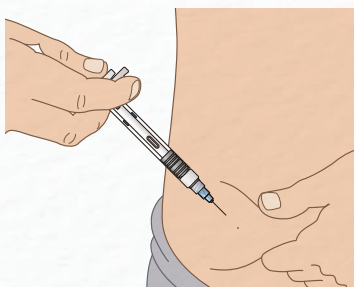
15) 薬液を注入します。



- ① 注射針を刺した後、図のように、注射器を人差し指と中指で挟むような形で指かけに両指をかけ、プランジャーを親指でゆっくり押し下げます。
- ② プランジャーを最後まで押し込み、薬液が全て注入されたことを確認してください。

●注射針を刺した角度を変えずに、薬液を注入してください。

16) 注射針を抜き取ります。

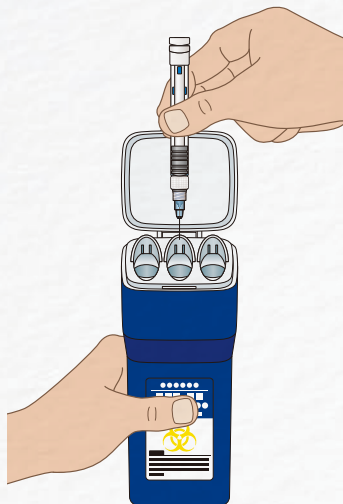


針を刺したときと同じ角度を保ちながら、人差し指と中指で指かけを引っ張るようにして抜いてください。

- 注射部位はもまないでください。
- 出血した場合は、新しいアルコール綿で10秒程度軽く押さえてください。

廃棄方法

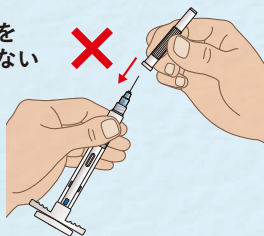
17 専用の廃棄ボックスに 使用済みの注射器を入れます。



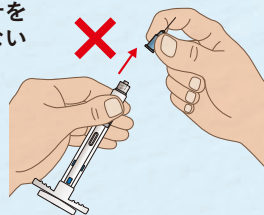
- ① 注射針を装着したまま、使用済みの注射器をミチーガ専用廃棄ボックスに入れてください。
- ② 使用済みの注射器をカチッと音がするまでしっかりと押し下げ、外れないことを確認してください。
- ③ ミチーガの包装・保護キャップ（白色）・ゴムキャップ（灰色）、注射針の包装・キャップ、アルコール綿は、各市区町村の収集方法に従って家庭ごみとして捨ててください。

● 注射針のキャップを取り付けたり、注射針を抜いたりしないでください。

キャップを
取り付けない



注射針を
外さない



- 注射器や注射針の使用は1回限りとし、その他の目的には使用しないでください。
- 使用済みの注射器は医療廃棄物として取り扱われます。家庭ごみ等には出さず、次回受診の際に医療機関へお持ちください。
- 廃棄ボックスは、小さなお子さんの手の届かないところに保管してください。
- ミチーガ専用廃棄ボックスは同梱の注射針のみ対応しています。同梱の注射針以外は使用しないでください。専用廃棄ボックスがない場合は、蓋つきのビンなど硬い容器で代用してください。

注射のあとに

注射をしたあとは、注射した日、注射部位、注射前後の体調の変化について記録し、受診時に主治医に確認してもらうようにしてください。



記録することのメリット

注射のスケジュールを確認・予定できます。

また、連続して同じ部位に注射してしまうのを避けることができます。主治医にとっても、治療経過を正確に把握するための大切な情報となります。

【記入例】

2023年6月

注射の記録

注射した日

6月 7日 (水)

次回注射予定日

7月 5日 (水)

NRS (0~10)

3

かゆみスコア (0~4)

2

注射した部位

前回注射した部位とは違う部位に注射してください。



お腹

太もも

二の腕

(ご家族が投与される場合のみ)

メモ 治療の変更や気になる症状、次回の受診時に主治医に伝えたいことなど、自由に記載してください

昨日まで出張だったので、少し疲れている。
いつもお腹だが、今回、初めて
太ももに注射してみた。

ミチーガをご自身で注射される方へ

ミチーガ® 自己注射記録ノート

監修：五十嵐 敦之先生 (いがらし 皮膚科薬五反田 院長)



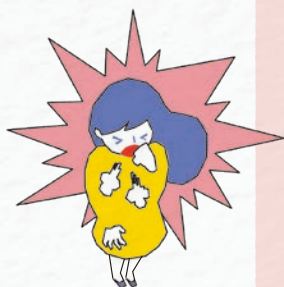
maruho マルホ株式会社

ミチーガ治療中に予想される 主な副作用

ミチーガの使用により起こる可能性のある副作用を知っておきましょう。副作用は必ず起こるというものではありませんが、早めに気づいて対処することが大切です。

感染症

ヘルペス感染、ほうそうえん 蜂巣炎（ほうかしきえん 蜂窩織炎）、のうかしん 膿痂疹などの皮膚の感染症や、上気道炎などの全身の感染症がみられる場合があります。いつもと違う皮膚の症状や、発熱、せき、のどの痛みなどのかぜの症状を感じた場合は、必ず主治医もしくは医療機関にご連絡ください。



皮膚症状の悪化



ミチーガ治療中に、アトピー性皮膚炎の悪化や紅斑、じんま疹、湿疹などの皮膚症状の悪化がみられる場合があります。かゆみがおさまっていても、普段とは異なる新たな皮疹が出てきたり、皮疹が悪化した場合は、すぐに受診してください。

過敏症・注射部位の症状

一般的に、過敏症は、薬が体質に合わない場合に起こります。ミチーガの使用により、血圧低下、息苦しさ、意識の低下、ふらつき、めまい、吐き気、嘔吐などの症状がみられた場合は、すぐに主治医もしくは医療機関にご連絡ください。

その他、ミチーガを注射した部位の皮膚に内出血、赤み、はれなどの症状がみられることがあります。このような症状がみられた場合も、主治医もしくは医療機関にお申し出ください。



※こちらで紹介したものの以外にも、気になる症状が出た場合には、主治医もしくは医療機関にご相談ください。

ミチーガ治療中に ご注意ください

ミチーガによる治療を受けている間は、下記のことにご注意ください。

- かゆみがおさまっても、処方された他の治療薬は主治医の指示通りにしっかり使用してください。
 - ▶ ミチーガはアトピー性皮膚炎のかゆみをおさえる薬です。抗炎症外用剤などのアトピー性皮膚炎の他の症状に対する治療は中止しないでください。
- ミチーガ治療中も、保湿外用剤で皮膚を保湿するようにしてください。
- ミチーガ治療中であることを、他の医療機関でも伝えるようにしてください。



ミチーガ自己注射のQ&A

Q

予定日に注射するのを忘れてしまったのですが、どうしたらよいですか？

A

自己判断で他の日に注射することはせず、主治医に連絡し、指示に従ってください。決して2回分を1度に使用しないでください。

Q

予定日に注射ができないのですが、どうしたらよいですか？

A

予定日に注射できないことが事前にわかったら、事前に主治医に相談してください。

Q

注射する時間に決まりはありますか？

A

注射する時間に決まりはありません。注射をするのを忘れないように、一定の時間に決めておくといよいでしょう。主治医の指示に従ってください。

Q

体調が悪いときも予定通り注射しても大丈夫ですか？

A

体調が悪いときは注射せず、主治医に連絡してください。

Q

注射した日にお風呂に入っても大丈夫ですか？

A

注射した日の入浴は可能ですが、注射後しばらくは安静にしてください。そのため、注射直後の入浴は避けてください。

Q

ミチーガを保管していた場所が30℃を超えてしまいました。どうしたらよいですか？

A

30℃を超える場所に保管していた薬剤は使用せず、主治医に連絡し、指示に従ってください。

Q

注射針が装着できない、注射針が曲がっていた、注射器を落として割ってしまった等で、注射できない場合は、どうしたらよいですか？

A

主治医に連絡し、指示に従ってください。

Q

注射している際に薬液が漏れてしまいました。どうしたらよいですか？

A

主治医に連絡し、指示に従ってください。

ミチーガ自己注射のQ&A

Q 注射時の痛みが気になります。どうしたらよいですか？

A あらかじめ氷などで注射部位を冷やしておくのと痛みを少し感じにくくなるといわれています。また、一般的に皮下脂肪の多い部位に注射したり、薬液の注入スピードを遅くしたりするほうが痛みが少なくなります。

Q かゆみがおさまったので、ミチーガや他のアトピー性皮膚炎治療薬による治療を中止してもよいですか？

A 自己判断で中止せず、主治医に連絡し、指示に従ってください。

アトピー性皮膚炎のかゆみやミチーガの働きについては「ミチーガを使用される方へ—アトピー性皮膚炎のかゆみ—」をご確認ください。



患者さんサポートのご紹介

患者さん向け情報サイト「ミチーガ®を使用される方へ」

自己注射の準備や注射器の使い方などを動画でご紹介しています。

副作用や日常生活での注意など、いつでも確認できます。



LINEサポート

注射や通院のスケジュールをお知らせします。

注射時の記録や写真を残すことができ、

経過を主治医にわかりやすく伝えることができます。



マルホ製品情報センター

ミチーガの操作に関するご質問は、マルホ製品情報センターへお問い合わせください。

*医師の診療・治療法、個人の健康、医学的問題に関するお問い合わせにはお答えできません。



すこやかなひふ

0120-458712 (フリーダイヤル)

【受付時間】 9:30～17:30 (土・日・祝日ならびに当社休業日を除く)

自己注射開始日

年

月

日

医療機関名