

فوت و فن خوراندن دارو به کودکان

دارو خوردن معمولا برای همه افراد مشکل است و کمتر کسی از مصرف داروهای مختلف و متفاوت لذت می‌برد.



جام جم آنلاین: دارو خوردن معمولا برای همه افراد مشکل است و کمتر کسی از مصرف داروهای مختلف و متفاوت لذت می‌برد. در این میان، بچه‌ها بیشتر از سایر گروه‌ها هنگام مصرف دارو اذیت می‌شوند و در نتیجه اصلا دوست ندارند چنین شرایطی را تجربه کنند.

البته پدر و مادر هم اگر نگوئیم بیشتر از بچه‌ها، کمتر از آنها اذیت نخواهند شد؛ برای همین گاهی ممکن است برای خلاص شدن از نقرق بچه‌ها رفتارهایی غیرمنطقی و نادرست داشته باشند و کارهایی مانند له کردن قرص و مخلوط کردن آن با غذا و آمبویه را انجام دهند تا کودک راحت‌تر دارویش را مصرف کند.

گروهی از والدین هم تصور می‌کنند بچه‌ها بزرگسالانی کوچک هستند که می‌توان داروهای بزرگسالان را در اندازه و مقادیر کمتر برای آنها تجویز کرد. این گروه معمولا خودسرانه داروهای مختلفی را به فرزندشان می‌دهند؛ غافل از این‌که هر دارویی برای کودکان مناسب نیست و می‌تواند در دسرساز شود.

دکتر نوشین محمدحسینی، سرپرست کمیته تجویز و مصرف منطقی دارو ضمن تاکید بر این‌که هر دارویی را که بزرگسال از آن استفاده می‌کنند، نمی‌توان با کم کردن میزان مصرف یا نصف کردن آن به بچه‌ها داد، در گفت‌وگو با جام‌جم توضیح می‌دهد: چون بیشتر بچه‌ها دارو خوردن را دوست ندارند، پدر و مادر می‌توانند برای راحت‌تر شدن کار، بعضی از داروها را با آب یا شیر رقیق کنند؛ ولی باید توجه داشت در مورد همه داروها نمی‌توان چنین شیوه‌ای را به کاربرد. بنابراین حتما در مورد این موضوع باید با فردی متخصص مانند دکتر داروساز یا بهورز درمانگاه مشورت کنید.

اگر شما هم فرزند خردسالی دارید حتما می‌دانید بیشتر آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی مخصوص کودکان به شکل پودر است که هنگام مصرف باید با آب مخلوط شود. این شیوه باعث می‌شود خانواده‌ها بتوانند دارو را برای مدت بیشتر و راحت‌تر نگهداری کنند.

دکتر محمدحسینی در این زمینه یادآور می‌شود: پس از این‌که آب را به این پودرها اضافه کردید، دارو حتما باید در یخچال نگهداری شود و پس از آن، فقط هفت تا 10 روز قابل استفاده است بنابراین هر میزان از دارو که بعد از این مدت باقی ماند، باید دور ریخته شود. همچنین آبی که به پودر اضافه می‌شود باید بخوبی جوشیده و سرد شده باشد؛ چراکه استفاده از آب سرد نجوشیده یا آب‌جوش، دارو را خراب می‌کند.

بچه‌ها قرص نمی‌خورند؟!

بچه‌ها معمولا هیچ نوع دارویی را دوست ندارند، ولی قرص خوردن برایشان سخت‌تر از انواع دیگر داروهاست. برای همین هم معمولا والدین ترجیح می‌دهند از شربت و قطره کمک بگیرند.

دکتر محمد حسینی با اشاره به این‌که در بسیاری از موارد، قرص‌های مخصوص کودکان جویدنی است، خاطرنشان می‌کند: در مورد قرص‌های غیرجویدنی، نکته بسیار مهمی که والدین باید در نظر داشته باشند این است که همه قرص‌ها را نمی‌توان برای کودک نصف یا خرد کرد تا بلع آن راحت‌تر شود. بعضی از انواع قرص‌ها، در صورت نصف شدن خراب شده یا مزه بسیار بدی پیدا می‌کند که حتی ممکن است موجب ایجاد حالت تهوع در کودک شود. پس در این مورد هم حتما باید با مشورت پزشک یا داروساز روش صحیح را انتخاب کنید.

به گفته وی، زمانی‌که کودک باید کپسول مصرف کند، بهتر است ابتدا مقداری آب به او بدهید تا دهانش مرطوب شود و برای راحت‌تر خوردن کپسول هم می‌توانید آن را برای مدت بسیار کوتاهی (کمتر از یک دقیقه) در آب قرار دهید.

وی یادآور می‌شود: خوب است هنگام خوراندن دارو به کودک با او حرف بزنید، فضایی شادی برایش فراهم کنید و از اسباب‌بازی‌هایش استفاده کنید تا او راحت‌تر دارو را بخورد.

تا کی باید دارو بخوریم؟

وقتی علائم بیماری برطرف می‌شود و هیچ نشانه‌ای از آن نیست، چه کار باید کرد؟ لازم است باز هم داروهایی را که پزشک تجویز کرده، مصرف کنیم یا می‌توان آنها را دور ریخت و درمان را نیمه‌تمام رها کرد؟

این پرسش برای خیلی از افراد پیش می‌آید؛ کوچک و بزرگ هم نمی‌شناسد و همه به دنبال پاسخ آن هستند ولی معمولاً قبل از این‌که پاسخ صحیح را دریافت کنند، خودسرانه داروها را قطع کرده و درمان را نیمه‌تمام می‌گذارند.

این در حالی است که دکتر محمدحسینی می‌گوید: بیماران باید دقیقاً براساس توصیه پزشک معالج و داروساز، داروهای تجویز شده را مصرف کنند؛ به این معنا که در هر بار مصرف، مقدار دارویی که پزشک دستور داده، به طور کامل باید استفاده شود و همچنین طول درمان توصیه شده را نیز به پایان برسانند.

به گفته وی، مصرف مقادیر کمتر یا بیشتر داروها (در مقایسه با آنچه پزشک تجویز کرده است) اصلاً به نفع فرد بیمار نیست. چنانچه بیمار دارو را کمتر از میزان توصیه شده مصرف کند، ممکن است مشکلش برطرف نشده و در نتیجه دوره بیماری ادامه پیدا کند یا حتی شرایط بدتر شود.

خیلی‌ها هم فکر می‌کنند اگر دارو را بیشتر از آنچه پزشک تجویز کرده بخورند یا به کودک بدهند، مشکلشان زودتر حل می‌شود و سلامتشان را در مدت کوتاه‌تری به دست می‌آورند.

دکتر محمدحسینی، ضمن اشتباه دانستن چنین طرز فکری، توضیح می‌دهد: بیماران نباید چنین فکر کنند که مصرف دارو بیش از مقدار تجویز شده، می‌تواند به بهبود هرچه سریع‌تر بیماری کمک کند. در این شرایط ممکن است مصرف بیش از حد نیاز، عوارض جانبی ناخواسته را تشدید کرده و موجب مسمومیت فرد شود.

وی تأکید می‌کند: در مورد آنتی‌بیوتیک‌ها بهتر است از قاشق‌های مخصوصی که داخل بسته دارو قرار دارد یا انواع قاشق‌ها و پیمانه‌های استاندارد موجود در داروخانه‌ها استفاده کنید.

بسیاری از بیماران به محض این‌که احساس می‌کنند بهتر شده‌اند، دارو را کنار می‌گذارند و درمان را خودسرانه قطع می‌کنند. البته گروهی هم وقتی با عوارض جانبی دارو روبه‌رو می‌شوند، ترجیح می‌دهند با قطع مصرف دارو، مشکلشان را حل کنند.

دکتر محمدحسینی با تأکید بر این‌که کار هر دو گروه اشتباه است، می‌گوید: تنها کسی که می‌تواند تشخیص دهد دوره درمان کافی است و باید قطع شود یا نه، پزشک معالج کودک شماسست بنابراین به هیچ وجه خودسرانه داروها را قطع نکنید، چون این کار می‌تواند شما را در معرض مشکلاتی مانند عود بیماری یا حتی خطرناک‌تر شدن آن قرار دهد. پس بسیار مهم است که بیمار داروها را خودسرانه قطع نکند.

بعد از غذا دارو بخوریم یا قبل از غذا؟

171#؛ با شکم خالی قرص نخور—؛ شاید شما هم این جمله را زیاد شنیده باشید؛ جمله‌ای که هشدار می‌دهد اگر با معده خالی دارو مصرف کنیم، ممکن است عوارض و مشکلاتی برایمان پیش بیاید. اما آیا واقعاً همیشه باید بعد از غذا داروها را مصرف کرد یا این‌که چنین باوری اشتباه است؟

دکتر محمدحسینی به این سوال چنین پاسخ می‌دهد: در مورد بعضی از داروها، همراه بودن یا نبودن غذا نقشی در تأثیرات درمانی آن ندارد. اما در مورد برخی دیگر، شرایط متفاوت بوده و به همین دلیل دستوراتی مانند 171#؛ بعد از غذا—؛، —؛؛ با معده خالی—؛ یا 171#؛ با معده پر—؛؛ باید رعایت شود. بعضی مواد غذایی با گروهی از داروها سازگار نیست و اگر همراه با هم مصرف شود، موجب خواهد شد دارو جذب نشده و در نتیجه اثر درمانی آن کاهش یافته، از بین می‌رود یا با تأخیر ایجاد می‌شود.

در مقابل جذب تعدادی از داروها با برخی مواد غذایی بیشتر می‌شود و داروهایی هم هست که ممکن است باعث تحریک و ناراحتی دستگاه گوارش شود که به همین دلیل بهتر است آنها را همراه غذا مصرف کنیم. پس چنانچه همراه دارو، برنامه غذایی خاصی توصیه شده است فراموش نکنید که حتماً باید رعایت شود.

وي مي‌افزايد: به عنوان نمونه استامينوفن با غذاهاي شيرين مانند بيسكويت، خرما، مربا و... سازگار نيست و باعث مي‌شود جذب دارو كند شود؛ همچنين خوب است به ياد داشته باشيد اگر قرص و شربت آهن با چاي مصرف شود، باعث جذب نشدن آهن خواهد شد و به همين دليل افراذي كه دچار كم‌خوني و فقر آهن هستند، نبايد بلافاصله بعد از غذا چاي مصرف كنند.

سرپرست كميته تجويز و مصرف منطقي دارو توضيح مي‌دهد: اگر دارويي بايد قبل از غذا مصرف شود، به اين معنا نيست كه بايد دارو را خورده و بلافاصله پس از آن غذا را مصرف كنيد، بلكه لازم است حداقل يك ساعت قبل از آن كه كودك غذا بخورد يا يك تا دو ساعت بعد از صرف غذا كه معده خالي است، دارو را به او بدهيد. همچنين داروهائي كه توصيه شده بعد از غذا يا با معده پر يا همراه غذا مصرف شود نيز بايد بلافاصله بعد از غذا يا همراه با غذا خورده شود.

نيلوفر اسعدي بيگي - گروه سلامت