

توصیه‌هایی برای دادن دارو به بچه‌ها

دارو خوردن معمولا برای همه افراد مشکل است و کمتر کسی از خوردن دارو لذت می‌برد. در این میان بچه‌ها بیشتر از سایر افراد هنگام خوردن دارو اذیت می‌شوند.



سلامت نیوز: دارو خوردن معمولا برای همه افراد مشکل است و کمتر کسی از خوردن دارو لذت می‌برد. در این میان بچه‌ها بیشتر از سایر افراد هنگام خوردن دارو اذیت می‌شوند. البته پدر و مادرها هم اگر نگوئیم بیشتر از بچه‌ها، کمتر از آنها اذیت نخواهند شد، برای همین گاهی کارهایی مانند له کردن قرص و مخلوط کردن دارو با آب و مایعات دیگر را انجام می‌دهند به این امید که فرزند آنها دارو را راحت‌تر مصرف کند. گروهی دیگر از والدین هم گمان می‌کنند کودکان بزرگسالانی کوچک هستند که می‌توان داروهای بزرگسالان را در اندازه و مقادیر کمتر برای آنان استفاده نمود. در متن زیر نکاتی را که به هنگام دادن دارو به بچه‌ها لازم است بیشتر توجه کنیم با هم مرور می‌نماییم.

از پزشك در مورد دارو سوال كنيد

در مورد دارویی که به کودک‌تان می‌دهید از پزشک و یا داروساز سوال کنید که اثر دارو و حساسیت احتمالی آن چگونه است؟ مصرف دارو تا چه زمانی باید ادامه پیدا کند، چنانچه دارو را در یک نوبت فراموش کردید چه باید بکنید؟ آیا باید دارو را در یخچال نگهداری کرد؟ آیا دارو نسبت به نور و گرما حساس است؟ آیا می‌توان دارو را با غذا مخلوط کرد یا هم زمان با مصرف دارو از خوردن خیلی چیزها باید اجتناب نمود؟ به عنوان مثال هنگام مصرف آهن باید از خوردن شیر اجتناب نمود چون کلسیم موجود در شیر جذب آهن را کم می‌کند، در مورد شیرخواران این نکته حائز اهمیت است که آهن در فواصل بین دو شیردهی به بچه داده شود. برخی داروها اگر با مواد غذایی خاصی مصرف شوند جذب‌شان بهتر صورت می‌گیرد مانند آهن که اگر با مرکبات یا سبزیجات مصرف شود جذب آن بهتر صورت می‌گیرد. می‌توانیم بعد از خوردن آهن به کودک‌مان آبمیوه بدهیم. برخی داروها با معده خالی مصرف می‌شوند و برخی بعد از غذا، آیا می‌توان دارو را با آب یا شیر یا نوشیدنی‌های دیگر مخلوط کرد یا در صورت مخلوط کردن دارو با نوشیدنی‌ها اثر دارو از بین می‌رود یا کاهش می‌یابد.

میزان مصرف دارو مهم است

در مورد میزان مصرف دارو دقت کنید. اگر مثلا میزان توصیه شده دارو یک قاشق چایخوری است و دارو دارای قطره‌چکان می‌باشد و اگر با قطره‌چکان دارو را به بچه بدهید، دارو را راحت‌تر مصرف می‌کند، یک قاشق چایخوری را به دقت روی قطره‌چکان مشخص کنید. هیچگاه با حدس و گمان دارو را به بچه ندهید، زیرا کودکان بسیار حساس‌تر از افراد بزرگسال هستند و پزشک میزان دارو را بر حسب وزن و سن کودک تعیین می‌کند. این توازن را به هم نزنید.

نکات مهم در مورد دادن دارو به کودکان

اگر به مدت طولانی به کودک‌تان دارو داده‌اید، ولی اثری از بهبودی مشاهده نمی‌کنید، خودسرانه مصرف دارو را قطع نکنید و حتما با پزشک مشورت کنید.

دارو را در بسته‌بندی خودش نگهداری کنید. اگر برچسب دارو را بکنید و دارو را اشتباهی به کودک بدهید و یا در میزان مصرف دارو خطا کنید ممکن است برای فرزندتان مشکل جدی ایجاد شود.

همه قرص‌ها را نمی‌توان خرد کرد و برخی در صورت خرد شدن مزه بدی پیدا می‌کنند و یا حتی ممکن است خراب شوند.

اگر دارو طعم ناخوشایندی دارد حتما با پزشک مشورت کنید و سپس دارو را با آب، شیر یا آبمیوه مخلوط کنید.

زمانی که لازم است فرزند شما دارو را به شکل کپسول مصرف کند، قبل از خوردن کپسول به او مقداری آب بدهید تا بنوشد و با خیس

شدن گلو خوردن کپسول راحت تر شود.

خستگی بچه‌ها در شب بیشتر می‌شود و خوردن دارو مشکل‌تر. در مورد ساعت مصرف دارو با پزشک مشورت کنید. در مورد نوزادان دارو را در سرنگ یا قطره‌چکان بریزید و در حالی که او را بغل کرده‌اید و یا روی یک سطح مطمئن قرار داده‌اید آرام دهان او را باز کرده و دارو را در قسمت عقب دهان خالی کنید. سعی کنید روند دادن دارو را به شیرخواران سریع انجام دهید تا شیرخوار اذیت نشود و خوردن دارو به تجربه‌ای آزاردهنده برای او تبدیل نشود.

هنگام خوردن دارو با کودک حرف بزنید و فضای شادی برایش فراهم کنید و موزون صحبت کنید. قبل از اینکه کودک‌تان بیمار شود با خرید اسباب‌بازی‌هایی به شکل و شمایل پزشکی و درمانی همچون سرنگ پلاستیکی و... به بازی دکتر و بیمار روی بیاورید تا ذهن کودک آماده شود.

هنگام دادن دارو به بچه‌ها از قدرت تخیل خود استفاده کنید و داستان‌های ساختگی و یا داستان‌های دوران کودکی خود را تعریف کنید، البته اگر هنگام صحبت کردن موزون یکی دو حرف را اشتباه تلفظ کنید، حواس کودک کاملا از دارو منحرف و به اشتباه شما جلب می‌شود.

به هیچ‌وجه کودک را گول نزنید و دارو را شکلات ننماید و مناسب با سن کودک برای او توضیح دهید. خیلی وقت‌ها علت مقاومت کودکان برای خوردن دارو به علت عدم آگاهی آنان از فواید دارو است. متناسب با سن کودک برایش توضیح دهید، چرا دارو را بهتر است مصرف کند.

هیچ‌گاه دهان کودک را به زور باز نکنید تا به او دارو بدهید.

هرگز دارو را در یک لیوان بزرگ شیر یا آمبیوه حل نکنید، چون اگر کودک شما کل محتوای لیوان را نوشد داروی کافی به بدنش نمی‌رسد.

به هیچ‌وجه کودک را فریب ندهید و بدون اطلاعش به او دارو ندهید، چون ممکن است موجب مقاومت بعدی او در خوردن غذاهای عادی هم بشود.

اگر کودک شما نتوانست دارو را در معده نگه دارد و آن را استفراغ کرد با پزشک تماس بگیرید. شاید راهکار مناسب دیگری مانند تزریق سرم، آمپول یا شیاف و... را تجویز کند.

برای اینکه کودک راحت‌تر دارو را بخورد، می‌توان با یک نمایش ساختگی مقداری از دارو را به عروسک محبوب داد تا کودک بفهمد خوردن دارو کار عجیبی نیست.

در صورتی که کودک شما به اندازه‌ای بزرگ است که می‌تواند خودش دارو را بخورد اجازه دهید با نظارت شما این کار را انجام دهد. اگر کودک برای خوردن دارو مقاومت کرد، برای مدت کوتاهی به او استراحت بدهید و او را در آغوش بگیرید و به او محبت کنید و از او بخواهید در خوردن دارو به شما کمک کند.

بلافاصله بعد از خوردن دارو سراغ جمع کردن دارو نروید و پس از خوردن دارو از کودک تشکر کنید و ابراز خوشحالی نمایید.

منبع: کودک سالم