

۱۴+۶ توصیه آسان برای اینکه بتوانید به کودک زیر ۱ سال و بالای ۱ سال دارو بدهید

## ۲ راه دارو دادن به کودک

• سوم اینکه، بعد از خوردن دارو به کودک، در دارو را بیندید و در محل مناسب با توجه به دستورالعمل قیدشده روی بسته‌بندی، آن را دور از دسترس کودکان قرار دهید.  
• آنچه در ادامه می‌خوانید، ۱۴ توصیه‌ای است که رعایت آنها به شما کمک می‌کند راحت‌تر به کودکان زیر ۱ سال و کودکان بالای ۱ سال دارو بخورانید.

به نظر می‌رسد:  
• اول اینکه، قبل از دارو دادن به کودک تاریخ تولید و انقضای دارو را بررسی کنید. اگر تاریخ انقضای دارو گذشته، آن را به داروخانه پس بدهید.  
• دوم اینکه، دستور مصرف و موارد منع مصرف و دوز دقیق دارو را بخوانید و قبل از خوردنش به کودک، خوب آن را نکان دهید.

استفراغ کرد، چطور؟  
پرسش‌هایی از این قبیل ممکن است ذهن بسیاری از مادرانی را که کودک خردسال دارند، درگیر کند. ما در ادامه سعی می‌کنیم به هر آنچه می‌تواند ذهن یک مادر را در رابطه با دارو دادن به کودک درگیر کند، پاسخ دهیم.  
اما پیش از آن ذکر چند نکته مهم و کلی ضروری

باقی مانده است.  
مادر چنان‌اتان ۱ ساله هم بارها با هزاران بازی، دارویی را به دخترش داده و او با یک استفراغ ساده، تلاش او را هدر داده است.  
در چنین شرایطی چه باید کرد؟ بهترین روش برای دارو خوردن به کودکان چیست؟ آیامی‌توانیم دارویی کودک را در آمیوه یا غذایش بریزیم؟ اگر کودک

بسیاری از مادران می‌گویند دارو دادن به کودکان یکی از سخت‌ترین کارهاست.  
مادر جولای ۲ ساله می‌گوید بارها مجبور شده سر ساعت معینی ۲/۵ میلی‌لیتر شربت به کودکش بدهد اما در نهایت متوجه شده ۲/۴ میلی‌لیتر آن در قاشق و روی شلوار و کف زمین

ترجمه: سیمه منصوبعلی

استفراغ شد، چون میزان جذب داروهای مختلف متفاوت است، بهتر است در مورد دوز دارویی که باید به کودک داده یا داروساز یا پزشک صحبت کنید.  
۱۲) در صورتی که فرزند شما بهبود یافته و علائمی از بیماری ندارد سرخود دارو را قبل از اتمام دوره قطع نکنید. برخی داروها از جمله آنتی‌بیوتیک‌ها را باید برای دوره‌ای مشخص به بیمار داد.  
۱۳) هرگز خوددرمانی نکنید و با دوز پایین داروی خود را به کودک ندهید. مصرف تعداد زیادی از داروهای قبل از ۱۵ سالگی ممنوع است. مصرف داروی افراد بالغ می‌تواند در کودکان باعث اختلال در کارکرد سیستم ایمنی‌شان شود و روند درمان را کند کرده یا حتی عوارض شدیدی بر جای بگذارد.  
۱۴) خودسرانه و بدون مشورت با متخصص طب سنتی به کودکان داروهای گیاهی ندهید. گرچه به نظر می‌رسد گیاهان دارویی در مقایسه با داروهای شیمیایی کم‌عارضه‌تر باشند، اما مصرف بسیاری از آنها در کودکان زیر ۱۵ سال ممنوع است. از ۶ سالگی به بعد با مشورت پزشک می‌توانید برای درمان یبوست از دانه‌های اسفزه، برای درمان تهوع از زنجبیل و برای درمان گلودرد از علف چای استفاده کنید. زیر ۲ سال استفاده از هر نوع داروی نعنای ممنوع است و می‌تواند باعث اسپاسم حشره شود. این موضوع در مورد شکلات‌های نعنایی هم صادق می‌کند. ■  
Maman pour la vie منبع:

یا طعم بدی در دهان کودک ایجاد کند.  
۷) برای خوردن قرص یا کپسول، به کودک بطری آب بدهید تا برای نوشیدن آب مجبور باشد سرش را به عقب ببرد. در این شرایط قرص راحت‌تر می‌بلعد.  
۸) اگر کودک دهانش را می‌بندد و قفل می‌کند یا گرفت بینی دهانش را باز کنید.  
۹) اگر بوی دارو آزارش می‌دهد



نیست اما به ناچار گاهی لازم است.  
۶) هرگز قرص را بدون پزشک نشکنید و کپسول را باز نکنید زیرا اسید داخل معده یا برخی مواد غذایی می‌تواند باعث خنثی شدن خواص دارو شود

۱) در این سن می‌توانید به کودک توضیح دهید که مصرف دارو برای بهبود حال او است اما اصراری نداشته باشید که کودک کاملاً این موضوع را درک کند. هرگز به کودک نگویید که فلان دارو شکلات یا اسمازین است یا فلان شربت مزه پرتقال می‌دهد تا به این بهانه آن را بخورد زیرا در این شرایط ممکن است کودک حتی بدون دلیل هم تقاضای خوردن دارو کند یا خودسرانه آن رود. بدون تهدید و دعوا یا پاداش باید دارو را به کودک بدهید و اگر گریه می‌کند صبر کنید تا گریه‌اش تمام شود.  
۲) اگر کودک شما در خوردن دارو یا مکمل‌های غذایی بدقلق است، می‌توانید با مشورت داروساز و در صورتی که ممنوع نباشد مکمل یا دارو را در غذا یا آمیوه به او بدهید. در این شرایط فرزند شما بدون اینکه اصلاً متوجه شود، آن را مصرف می‌کند.  
۳) اگر مزه دارو احساس تهوع در کودک ایجاد می‌کند آن را در یخچال قرار دهید. خنکی معمولاً باعث کاهش قوه چشایی می‌شود. اگر نباید دارو را در یخچال بگذارید قبل از دادن دارو به کودک به او مقدار کمی یخ بدهید تا بامکد.  
۴) با مشورت با داروساز بعد از خوردن دارو فوراً به کودک یک لیوان آمیوه بدهید تا مزه دهانش را عوض کند.  
۵) در صورتی که تنها هستید و کودک جنب و جوش زیادی برای دارو نخوردن دارد او را در یک ملحفه پیچید و در بغل بگیرد تا دارو را بخورد. این روش چندان خوشایند

### ۶ توصیه برای دارو دادن به کودکان زیر ۱ سال

۱) برای ریختن قطره در بینی، کودک را به کمر روی سطح ثابتی خوابانید. از فرد دم تا کودک بزرگ‌تری خواهید با کودک صحبت کنید. سر او را به یک سمت کج و بعد نوک قطره را وارد بینی‌اش کنید و به آهستگی قطره را بچکانید.  
۲) برای چکاندن قطره در گوش، سر کودک را کمی کج کنید و با کشیدن لاله گوش به عقب قطره را درون گوش بچکانید. سر را مدتی در همان وضعیت نگه دارید تا قطره کاملاً وارد گوش شود.  
۳) برای دادن داروهای مایع به کودک حتماً او را بنشینانید و به شکم خود در بغل‌تان تکیه دهید زیرا در حالت خوابیده احتمال خنگی وجود دارد. می‌توانید از قطره‌چکان سرنگ یا قاشق استفاده کنید اما هرگز دارو را در وسط دهان نریزید. می‌توانید آن را زیر زبان یا در گوشه لپه‌ها بریزید تا در دهان پخش شود. به این ترتیب احتمال برگرداندن دارو و حس تهوع در کودک کاهش می‌یابد.

۴) بهترین وسیله برای دادن داروهای مایع در سن زیر ۱ سال، استفاده از سرنگ است. به این ترتیب نه تنها کودک دارو را پس نمی‌زند بلکه دوز مشخصی از دارو به کودک داده می‌شود. استفاده از قاشق تنها به کودکانی که غذا خوردن را آغاز کرده‌اند توصیه می‌شود.  
۵) برای گذاشتن شیف، کودک را به کمر بخوابانید و پای‌های او را روی سینه خم کنید و مراقب باشید کودک حرکت ناگهانی انجام ندهد. شیفی را که در یخچال نگهداری شده، از سمت صاف وارد معده کنید و فشار دهید تا مطمئن شوید به خوبی وارد شده و بیرون نمی‌آید.  
برای اطمینان بیشتر، چند لحظه‌ای ۲ طرف باسن را به هم فشار دهید.  
۶) برای ریختن قطره در چشم کودک به کمک یک دستمال تمیز چشم کودک را پاک کنید و با استفاده از همان دستمال بدون اینکه به چشم کودک دست بزنید، پلک را باز کنید و قطره را درون چشم بچکانید. مازاد قطره را پاک کنید. همزمان می‌توانید به کودک پستانک بدهید. کودکان حین مکیدن معمولاً پلک‌هایشان را باز می‌کنند.

**SuppleX**

شریت مولتی ویتامین + بیوتین آل ساپلکس  
حاوی ویتامین های A, D, E, B. ویتامین های گروه C, B  
واملاح معدنی مس، زینک، سلنیوم و آهن

**Multivitamin And Minerals**  
قرص بیوتونیک، ساپلکس  
حاوی گلسیم، منیزیم، زینک، سلنیوم و بیوتین.

**Bone Tonic**  
قرص زینک، پلاس ساپلکس  
حاوی مواد معدنی زینک، مس، بیوتین و ویتامین های، C و E

**ZINC PLUS**

تلفن مشاوره: ۰۲۱-۹۰۰۳۶۲۲  
شرکت فرم‌شور دارو  
www.supplex.us

**محصولات جدید ویتان**

**آدزیر ADZIR**  
با ۸ ویتامین A, B, C, D, E, K, و آهن، روی

**دی-ترول D-trol**  
قطره D-ترول با ۸ ویتامین A, B, C, D, E, K, و آهن، روی

**کیدز پلاس Kids Plus**  
با ۸ ویتامین A, B, C, D, E, K, و آهن، روی

سایده انحصاری شرکت دارو فرسان سپهر  
تلفن مشاوره و پشتیبانی: ۰۲۱-۹۰۰۳۶۲۲  
www.supplex.us

Quality to Life  
بهره‌مندی بیشتر