

دز دارو و نحوه دارو دادن به کودکان

چطور و چقدر به بچه‌ها دارو بدهید

چگونه و چه میزان باید به بچه‌ها دارو داد؟ قبل از هر چیز یادمان باشد هرگز به کودکانمان خودسرانه داروهای مختلف مثل دارویی که کودک دوستان را خوب کرده است یا دارویی که خواهرمان قسم می‌خورد به بچه‌اش داده است و خوب شده ندهیم! سپس در ادامه نکات مهمی را در مورد چگونگی دادن داروهای تجویزی پزشک به بچه‌ها ببینید:

بدون تجویز پزشک به کودک دارو ندهید

در مورد دارویی که می‌خواهید به فرزند خود بدهید با داروساز حاضر یا پزشک فرزندتان صحبت کنید. اگر داروی مربوطه بدون نسخه است، به طور مشخص پرسید که دارو چه کاربردی دارد و چه عوارض جانبی‌ای را می‌تواند ایجاد کند. همچنین پرسید که پس از چه مدت شروع به اثرگذاری می‌کند و اثر آن چه مدت ادامه می‌یابد.

آیا این دارو با سایر داروهایی که کودکتان مصرف می‌کند تداخل خواهد داشت؟ و اگر یک دز از دارو را جا انداختید، چه باید بکنید؟ آیا دارو باید در یخچال نگهداری شود یا فقط در معرض گرما یا نور قرار نگیرد؟ آیا می‌توانید آن را در غذا بریزید، یا همزمان با مصرف این دارو باید از دادن غذاهای خاصی به کودک خودداری کنید؟

بعضی از داروها باید بعد از خوردن غذا، یا برعکس با معده خالی مصرف شوند. برخی دیگر در صورت مصرف شدن همراه غذاهای خاص، به شکل مؤثرتری در بدن جذب می‌شوند.

آیا اقدامات احتیاطی دیگری نیز وجود دارد؛ مثل این که باید کودک خود را در طول مصرف دارو از نور آفتاب دور نگه دارید؟ قبل از خارج شدن از داروخانه مطمئن شوید که دز دارو و نحوه مصرف و زمان مصرف آن را فهمیده‌اید.

هیچ‌وقت خودسرانه به بچه‌ها دارو ندهید، این کار خیلی بیشتر از چیزی که فکر می‌کنید ممکن است مضر باشد. اما اگر به هر دلیل اورژانسی‌ای می‌خواهید از یک داروی بدون نسخه استفاده کنید، ابتدا از پزشک یا داروساز سؤال کنید که آیا برای کودکتان بی‌خطر است یا نه. اگر بروشور دارو دز مختص کودکان را مشخص نکرده است، احتمالاً دارو مناسب کودک نیست. همچنین اگر فرزندتان هر نوع آلرژی‌ای دارد، حتماً به پزشک و داروساز بگویید

دز درست دارو را پیدا کنید

چطور مطمئن شوید فرزندتان مقدار دارویی را که نیاز دارد دریافت می کند؟ اطلاعات روی بروشور دارو را با دقت کامل بخوانید. بروشور را هنگام خرید داروی جدید، هنگام مصرف آن و هنگام اندازه گیری دز آن بخوانید.

برای اطمینان از این که کودکان دز مناسب برای سن و وزن خود را دریافت می کنند، دستورات روی بسته بندی دارو را دنبال کنید. اگر دستورات عمل ها را نفهمیدید، با داروساز یا پزشک تماس بگیرید. چند نکته دیگر که باید به خاطر بسپارید:

اعداد را با دقت و بی عجله بخوانید: اعداد نوشته شده در دستورات عمل ها را با دقت کامل بررسی کنید تا به طور تصادفی دز دارو را دو برابر یا نصف نکنید. وقتی عجله دارید، به راحتی ممکن است به $1/2$ نگاه کنید و آن را 2 ببینید. خواندن دستورات عمل ها و اندازه گیری دز دارو را در جایی با نور کافی انجام دهید.

به نوع و ماهیت دارو اهمیت بدهید: آگاه باشید که برخی از داروهای بدون نسخه مخصوص کودکان شیرخوار، مانند استامینوفن اطفال، تغلیظ شده هستند، یعنی نباید به یک کودک بزرگتر به اندازه دز معمول یک بزرگسال از این دارو بدهید.

دارو را کم و زیاد نکنید: هرگز به کودک خود بیش از آنچه در بروشور یا دستورات عمل دارو توصیه شده است، ندهید. حتی اگر او مورد شدیدی از سرماخوردگی، عفونت گوش، گلودرد یا تب داشته باشد، باز هم داروی بیشتر بهتر نیست. مقدار مصرف بر اساس میزان دارویی که بی خطر است مشخص می شود و نه بر اساس شدت بیماری.

دز تجویزی داروی کودک دیگر را استفاده نکنید: به فرزندتان داروهای نوشته شده در نسخه یک کودک دیگر، داروهای نسخه های قدیمی یا اسپرین را که می تواند باعث یک بیماری جدی به نام سندرم ری شود، ندهید.

وزن فرزندتان را بدانید: مقدار مصرف برخی داروها بر اساس وزن، یا وزن و سن هر دو مشخص می شود. بد نیست که وزن فعلی فرزندتان را روی یک تکه کاغذ بنویسید و در کابینت داروها بگذارید. بر اساس عددی که در آخرین مراجعه به پزشک فرزندتان به دست آمد، عمل کنید یا درحالی که کودکان را در آغوش دارید روی ترازو بروید و سپس وزن خود را از وزن مجموع کم کنید.

دارو را تکان دهید: حتماً داروهای مایع را قبل از مصرف تکان دهید، البته اگر روی برچسب دارو نوشته است که این کار را انجام دهید. به این ترتیب می‌توانید مطمئن باشید که تمام ترکیبات دارو به طور یکنواخت در آن توزیع می‌شوند، در نتیجه کودکان مقدار خیلی زیاد یا خیلی کمی از آنها را دریافت نمی‌کند.

تبدیل‌ها را در ذهنتان انجام ندهید: اگر دز توصیه‌شده 2 قاشق چای‌خوری است، اما سرنگ یا قطره‌چکان داروی شما علائم اندازه‌گیری برای قاشق چای‌خوری ندارد، حدسی و تخمینی عمل نکنید. این بار از یک قاشق مخصوص اندازه‌گیری استفاده کنید و برای دفعه دیگر یک سرنگ یا قطره‌چکان مدرج بگیرید. همچنین به خاطر داشته باشید که یک میلی‌لیتر مساوی یک سی‌سی و یک قاشق چای‌خوری معادل 5 سی‌سی است.

اگر لازم شد با پزشک تماس بگیرید: اگر بنا به دلایلی کودکان نمی‌تواند یا نمی‌خواهد مقدار صحیح دارو را مصرف کند، مثلاً به این دلیل که استفراغ می‌کند و نمی‌تواند چیزی را در معده نگه دارد، به پزشکش اطلاع دهید. پزشک ممکن است یک روش دیگر، مثلاً از طریق تزریق یا شیاف یا به صورت داخل وریدی و سرم را انتخاب کند تا مطمئن شود فرزندان درمان مورد نیاز خود را دریافت می‌کند.

خیلی بهتر است قبل از ترک مطب پزشک، از او در این مورد پرسید تا مجبور نشوید بعد از این اتفاق با نگرانی به دنبال جواب پزشک کودکان بدوید، چون منشی‌های پزشکان به علل مختلف، خیلی هم پاسخگوی مشکلات بیمار نیستند.

در صورت مشاهده هر گونه عوارض جانبی غیرمنتظره، با پزشک فرزندان تماس بگیرید. اگر اشتباه کردید و به کودکان بیش از حد توصیه‌شده از داروی را دادید، به احتمال زیاد آسیب ماندگاری به او وارد نخواهد شد، اما محض اطمینان با پزشک یا داروساز خود مشورت کنید.

مقدار دقیق دارو را بدانید

یکی از بهترین راه‌ها برای اطمینان از دریافت مقدار مناسب دارو توسط کودک، استفاده از ابزار درست آن است. این بدان معنی است که قاشق آشپزخانه را به کشو برگردانید، زیرا قاشق‌های آشپزخانه اندازه‌های متفاوتی دارند و به جایش از یک قاشق اندازه‌گیری دارو، قطره‌چکان دارو، پیمانه اندازه‌گیری یا سرنگ خوراکی که به طور خاص برای کمک به شما در اندازه‌گیری و دادن دز مناسب طراحی شده‌اند، استفاده کنید.

به زمان‌بندی اهمیت بدهید

بروشور دارو را با دقت بخوانید تا بفهمید که باید آن را چند ساعت یک بار به کودک‌تان بدهید. اگر نوشته «۴ بار در روز»، آن را چهار بار در ساعت‌های بیداری فرزندتان به او بدهید، یعنی لازم نیست او را برای یک دز دیگر در طول شب بیدار کنید. از طرف دیگر اگر در دستورالعمل دارو «هر ۶ ساعت» نوشته شده، باید پرسید که آیا باید آن را به طور شبانه‌روزی به کودک بدهید، یعنی در خواب و بیداری هر دو لازم است یا نه. اگر دارو تجویزی است، از پزشکی که آن را تجویز کرده سؤال کنید و اگر داروی بدون نسخه است، با داروساز صحبت کنید.

به پایین رفتن قرص و دریافت کامل دارو دقت کنید

داروها را به شکل ایمن نگهداری کنید

سعی کنید داروها را در بسته‌بندی اصلی آنها نگه دارید، مگر این‌که تمام دستورالعمل مصرف و ترکیبات دارو درست روی جعبه دارو باشد. به همین ترتیب، اگر بروشور دارو یا دستورالعمل‌های مصرف را گم کردید، دارو را دور بیندازید، چون ارزش ریسک کردن ندارد.

بسیاری از آنتی‌بیوتیک‌ها و برخی داروهای دیگر نیاز به نگهداری در یخچال دارند. برخی از آنها می‌توانند برای چند دقیقه روی پیشخان بمانند یا در فاصله رانندگی تا مهدکودک یا مدرسه داخل کیف یا ساک پوشک قرار گیرند ولی بقیه باید دائماً در خانه و حتی در سفر خنک نگه داشته شوند.