

## بسمه تعالی

کودکان درمقایسه با بزرگسالان نسبت به داروها حساس تر هستند. زیرا کبد و کلیه هادر کودکان تکامل نیافته اند و ممکن است دچار مشکل در جذب و دفع دارو شوند. در صورت مصرف دز اشتباه یا مصرف در زمان اشتباه، حتی برخی از بی خطرترین داروهای نوزادی می توانند بی اثر یا مضر باشند پس دوز دارو باید مطابق با دستور پزشک و با توجه به سن و وزن کودک به او داده شود.

### چطور مطمئن شویم دوز دارو را به درستی می‌دهیم؟

**۱- اعداد را با دقت و بی عجله بخوانید:** اعداد نوشته شده در دستورالعمل ها را با دقت کامل بررسی کنید تا به طور تصادفی دوز دارو را دو برابر یا نصف نکنید. وقتی عجله دارید، به راحتی ممکن است به ۱/۲ نگاه کنید و آن را ۲ ببینید. خواندن دستورالعمل ها و اندازه گیری دوز دارو را در جایی با نور کافی انجام دهید.

**۲- 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.

**۳- دارو را کم و زیاد نکنید:** هرگز به کودک خود بیش از آنچه در بروشور یا دستورالعمل 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

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

**۵- وزن فرزندتان را بدانید:** مقدار مصرف برخی داروها بر اساس وزن، یا وزن و سن هر دو مشخص می شود.

**۶- دارو را تکان دهید:** حتما داروهای مایع را قبل از مصرف تکان دهید، البته اگر روی برچسب دارو نوشته است که این کار را انجام دهید به این ترتیب می توانید مطمئن باشید که تمام ترکیبات دارو به طور یکنواخت در آن توزیع می شوند، در نتیجه کودکان مقدار خیلی زیاد یا خیلی کمی از آنها را دریافت نمی کنند.

**۷- به قاشق دارو توجه کنید:** قاشق غذا خوری (Tbsp یا T) قاشق چای خوری (tsp یا t) را با هم اشتباه نگیرید. در هر صورت، تقریباً هیچ دارویی که کودکان به یک قاشق غذاخوری کامل از آن نیاز داشته باشد وجود ندارد، بنابراین قاشق چای خوری را ملاک بگیرید.

**۸- تبدیل ها را در ذهنتان انجام ندهید:** اگر دوز توصیه شده ۲ قاشق چای خوری است، اما سرنگ یا قطره چکان داروی شما علائم اندازه گیری برای قاشق چایخوری ندارد، حدسی و تخمینی عمل نکنید. این بار از یک قاشق مخصوص اندازه گیری استفاده کنید و برای دفعه دیگری سرنگ یا قطره چکان مدرج بگیرید. همچنین به خاطر داشته باشید که یک میلی لیتر مساوی یک سی سی و یک قاشق چای خوری معادل ۵ سی سی است.

**۹- اگر لازم شد با پزشک تماس بگیرید:** اگر بنا به دلایلی کودکان نمیتوانند یا نمی خواهند مقدار صحیح دارو را مصرف کنند، مثلاً به این دلیل که استفراغ می کنند و نمی توانند چیزی را در معده نگه دارند، 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 فرزندتان درمان مورد نیاز خود را دریافت می کند.

**۱۰- مقدار دقیق دارو را بدانید:** یکی از بهترین راه ها 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 قاشق های آشپزخانه اندازه های متفاوتی دارند و به جایش از یک قاشق اندازه گیری دارو، قطره چکان دارو، پیمانه اندازه گیری یا سرنگ خوراکی که به طور خاص برای کمک به شما در اندازه گیری و دادن دز مناسب طراحی شده اند، استفاده کنید. بهترین گزینه شما استفاده از یک سرنگ خوراکی پلاستیکی است که با اندازه های مختلف نشانه گذاری است. برای کودکان زیر یک سال، سرنگ بهتر از قاشق است، زیرا می توانید



### آنچه که باید درباره ی دارو دادن به کودک خود بدانید



معاونت غذا و دارو

اداره نظارت و ارزیابی مواد و فرآورده های دارویی

### ۱۲- به پایین رفتن قرص و دریافت کامل دارو دقت کنید

• کودک شما ممکن است در مقابل خوردن دارو مقاومت کند، به خصوص اگر طعم خیلی خوبی ندارد. اگر اینطور است می توانید داروساز طعم دهنده دارو که می تواند انواع مختلفی از طعم ها را به دارو بدهد، بخواهید تا آن را خوشمزه تر کند. با این حال دارو را در شیشه شیر یا فنجان آب میوه مخلوط نکنید، چون اگر کودکان تمام آن را ننوشد، یک دز کامل دارو را دریافت نمی کند. اگر فرزندان به اندازه ای بزرگ شده است که غذای کمی بخورد، گزینه دیگر این است که از پزشک بخواهید دارو را به شکل قرص بنویسد. به این ترتیب می توانید آن را خرد کنید و داخل کمی ماست یا پوره سیب مخلوط کنید، البته قبلش باید در مورد اثر دارو در صورت قاطی کرن آن با مواد غذایی از پزشک پرسیده باشید. هنگام دادن دارو به فرزندان بشاش و گشاده رو باشید اما دارو را آب نبات ننمید گفتن این که این دارو یک خوردنی خوشمزه است شاید در ابتدا کار قانع کردن او به خوردن آن را آسان تر کند، اما این روش می تواند نتیجه معکوس داشته باشد. اگر کودک به طریقی دستش به قوطی دارو برسد ممکن است تصمیم بگیرد که به تنهایی همه آن را بخورد.

### ۱۳- داروها را به شکل ایمن نگهداری کنید : بسیاری

از آنتی بیوتیک ها و برخی داروهای دیگر نیاز به نگهداری در یخچال دارند. برخی از آنها می توانند برای چند دقیقه روی پیشخان بمانند یا در فاصله رانندگی تا مهد کودک یا مدرسه داخل کیف یا ساک پوشک قرار گیرند ولی بقیه باید دائما در خانه و حتی در سفر خنک نگه داشته شوند.

مطمئن شوید که تمام دارو را به دهان فرزندان میریزید و از گلویش پایین می فرستید .

### ۱۱- به زمان بندی اهمیت بدهید: بروشور دارو را با دقت

بخوانید تا بفهمید که باید آن را چند ساعت یک بار به کودکان بدهید. اگر نوشته ۴ بار در روز آن را چهار بار در ساعت های بیداری فرزندان به او بدهید، یعنی لازم نیست او را برای یک دزدیگر در طول شب بیدار کنید. از طرف دیگر اگر دستور العمل دارو هر ۶ ساعت نوشته شده باید بپرسید که آیا باید آن را به طور شبانه روزی 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 سوال کنید و اگر داروی بدون نسخه است با داروساز صحبت کنید. به یاد داشته باشید که دستورات بروشور دارو درباره خوردن دارو با غذا یا روی معده خالی، غذاهایی را که در حین مصرف آن دارو باید از خوردنشان خودداری کنید یا همراه دارو بخورید، دنبال کنید. اگر به نظر می رسد مدتی طولانی به کودکان دارو داده اید اما به نتیجه نرسیده اید دستور العمل های بروشور دارو را بررسی کنید. اگر علائم بیماری کودک بهتر نشود ، ادامه دادن مصرف دارو و پس از زمان توصیه شده، هیچ نفعی برای او نخواهد داشت . در آن مرحله احتمالا وقتش رسیده است که با پزشک کودکان صحبت کنید از طرف دیگر، حتما به کودک خود دوره کامل هر نوع آنتی بیوتیکی را که برای او تجویز شده است ، تا مدت زمانی که پزشک کودک شما توصیه کرده است بدهید، حتی اگر به نظر می رسد فرزندان کاملا بهبود یافته است. در غیر این صورت نمی توانید مطمئن باشید که عفونت باکتریایی واقعا از بین رفته باشد و ممکن است دوباره کودکان بیمار شود.