

Помощь Вашему ребенку в приеме лекарства

Эта брошюра содержит советы, как помочь Вашему ребенку принять лекарство. Эти советы помогли многим родителям и лицам, ухаживающим за детьми. Мы надеемся, что они будут полезны также и для Вас.

Как поговорить с Вашим ребенком о приеме лекарства



Лучше всего говорить с Вашим ребенком на простом и правдивом языке, чтобы помочь ему понять, почему он должен принимать лекарство.

- Скажите Вашему ребенку, что это лекарство и объясните, как оно будет ему помогать.
- Подготовьте Вашего ребенка заранее к тому, чтобы принять лекарство, когда наступит время его приема. Это поможет сделать его предсказуемым и ожидаемым, а не чем-то неожиданным.
- Когда Вы даете лекарство Вашему ребенку, будьте положительно настроены. Если Вы покажете, что ожидаете от Вашего ребенка определенной реакции, Ваш ребенок может почувствовать это. Если он чувствует, что Вы ожидаете от него помощи, он, скорее всего, будет стараться помочь.
- Похвалите Вашего ребенка, как только он примет свое лекарство.

1 из 5

Для дополнительной информации

- Child Life
206-987-3285
- Лечащий врач Вашего ребенка
- seattlechildrens.org

Бесплатные переводческие услуги

- Находясь в больнице, попросите медсестру Вашего ребенка.
- Извне больницы, позвоните по бесплатной линии устного перевода для семьи
- 1-866-583-1527. Назовите переводчику нужное Вам имя или добавочный номер.



Seattle Children's[®]
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Помогите Вашему ребенку почувствовать, что он контролирует ситуацию

Когда Ваш ребенок болен, ему трудно ощущать, что он как-то контролирует свою жизнь. Может быть, действительно это тяжело для детей, и очень важно сделать так, чтобы Вы предоставляли ребенку какой-то выбор в том, что с ним происходит. Важно объяснить, что в некоторых случаях выбора нет, например, в том, что касается приема лекарства. Но бывают обстоятельства, над которыми ребенок может иметь контроль, например, как он должен принимать свое лекарство. Предоставляйте Вашему ребенку выбор всегда, когда это возможно.

Ниже приведено несколько способов приема лекарства, которые Вы можете предложить Вашему ребенку:

- Помогите Вашему ребенку составить план, как он будет принимать свое лекарство и запишите этот план. Если он будет вовлечен в составление плана, ему будет легче придерживаться его.
- Практикуйте составление письменного плана снова и снова.
- Поощряйте Вашего ребенка изображать дачу лекарства кукле, кукольному персонажу или мягкой игрушке. Это называется «медицинской игрой». Ваш ребенок может поупражняться в этом непосредственно перед тем, как он будет принимать свое лекарство, либо в любое другое время.
- Сделайте «Время приема лекарства» частью дневного распорядка и заведенного режима. Постоянно используя одно и то же время и даже место приема лекарства, поможет Вашему ребенку подготовиться и чувствовать себя готовым к приему лекарства.
- Помогите Вашему ребенку дошкольного или младшего школьного возраста придумать вознаграждение или таблицу с наклейками, чтобы следить за его прогрессом в приеме лекарств.
- Если он в возрасте 3 лет или старше, привлеките Вашего ребенка к подготовке лекарства и его приему с Вашей помощью. Всегда избегайте оставлять детей одних, когда они принимают свое лекарство.
- Подходите к проблеме творчески и работайте с Вашим ребенком, чтобы найти новые способы приема им лекарства.

Как сделать лекарство более легким для приема

Здесь приводится несколько примеров, как облегчить Вашему ребенку прием его лекарства. Не забудьте всегда, когда можете, вовлечь Вашего ребенка, чтобы помочь ему чувствовать, что он как бы осуществляет какой-то контроль.

Перед тем, как Вы воспользуетесь любым из этих нижеуказанных советов, согласовывайте это с фармацевтом Вашего ребенка. Некоторые лекарства не могут смешиваться или приниматься с определенными видами пищи или жидкостей. Некоторые лекарства нельзя жевать, дробить или разрезать.

Как улучшить вкус жидкого лекарства

Некоторые виды жидких лекарств – горькие и они могут быть трудны для приема. Попробуйте воспользоваться этими советами, если Ваш ребенок испытывает трудности с приемом жидкого лекарства:

- Спросите Вашего фармацевта об использовании вкусовых альтернатив. Иногда фармацевты могут добавлять специальный продукт, чтобы улучшить вкус лекарств.
- Попробуйте применить для этого шприц без иглы. Спросите Вашего фармацевта или лечащего врача о получении шприца для жидкого лекарства.
- Ваш ребенок может не почувствует столь сильно вкус лекарства, если сначала съест что-нибудь холодное. Попробуйте «popsicles» или кусочки льда.
- Смешайте лекарство с чем-то, обладающим приятным вкусом. Попробуйте любимую порошковую быстрорастворимую смесь для напитков, шоколадный сироп, кленовый сироп, сироп из черешни или сиропы с другим вкусом. Воспользуйтесь помощью Вашего ребенка при смешивании лекарства, чтобы привлечь его к этому процессу.
- Устраните оставшийся вкус лекарства, давая Вашему ребенку сразу после приема выпить сок. Сосание леденца может также помочь.
- Перед тем, как дать лекарство, дайте Вашему ребенку что-нибудь липкое, которое покроеет его язык. Попробуйте кленовый сироп.
- Позвольте Вашему ребенку самому выбрать способ принятия лекарства.

Как давать лекарство, которое можно дробить или измельчить в порошок

Смешивание раздробленных таблеток или порошкового лекарства с пищей или соком может помочь замаскировать вкус. Важно, чтобы Ваш ребенок знал, что Вы это делаете. Если этот способ не оказался успешным и ребенок чувствует себя “обманутым” он/она могут начать избегать пищу. Попробуйте воспользоваться какими-либо из этих советов:

- Купите дробилку для таблеток в Вашем местном аптечном магазине или аптеке или раздробите таблетки между двумя ложками.
- Попробуйте смешать раздробленные таблетки с пищей, например, с яблочным пюре, йогуртом, шербетом, пудингом или мороженым. Попробуйте использовать жидкости, такие как сироп из черешни, апельсиновый сок, виноградный сок или замороженный концентрат малинового сока.
- В случае с мягкой пищей, указанной выше, тренируйте Вашего ребенка в глотании небольшого количества без жевания перед тем, как добавите лекарство.
- В случае с сиропами, Вы можете растворить раздробленные таблетки в ложке с небольшим количеством воды и добавить сироп прямо в ложку.
- В случае с соками, Вы можете добавить раздробленные таблетки в небольшое количество сока и затем дать запить напитком, который выберет Ваш ребенок.

Как научить детей глотать таблетки

Большинство детей могут научиться проглатывать таблетки лишь немного поупражнявшись. Для некоторых детей обучение глотания таблеток может оказаться трудным делом. Ваш ребенок может начать пробовать глотать таблетки, если он достиг возраста 5 лет и старше. Здесь приводятся советы, как облегчить обучение:

- Капсулы из геля бывают разных размеров и могут использоваться, чтобы устранить горький вкус таблеток. Попросите лечащего врача Вашего ребенка или фармацевта обеспечить Вас капсулами из геля. Перед тем, как заполнять капсулы из геля целыми или раздробленными таблетками, попробуйте дать ребенку для пробы пустую или заполненную сахаром капсулу.
- Быстро опустите капсулу из геля в ледяную воду перед тем, как дать Вашему ребенку проглотить. Это сделает покрытие очень скользким и облегчит глотание.
- Поупражняйте Вашего ребенка в глотании, начав это с маленьких конфет. Сначала дайте Вашему ребенку проглотить очень маленький кусочек конфеты, наподобие тех, которыми посыпают мороженое. Затем используйте конфеты немного большего размера, как конфеты «M&M's Minis» и «Tic Tac». Никогда не давайте Вашему ребенку глотать конфету больше, чем горошина или мелкая фасоль. Работайте далее, упражняясь с капсулами из геля, заполненными сахаром.
- Положите таблетку в ложку, заполненную «Jell-O», пудингом или йогуртом, и дайте содержимому проскользнуть в горло Вашего ребенка.
- Разрежьте таблетку на две или четыре части. Давайте Вашему ребенку за один раз по одному кусочку для глотания.
- Попробуйте облегчить прием таблеток, заворачивая их в маленькие кусочки фруктовых закусок.

Как сделать, чтобы Ваш ребенок чувствовал себя комфортно во время приема лекарства

- Если Ваш ребенок – дошкольник или младшего школьного возраста, держите его сидящим у Вас на коленях.
- Позвольте Вашему ребенку держать что-нибудь, что создает у него ощущение комфорта, например, одеяло или мягкую игрушку.

Если советы и хитрости не помогают

Даже когда кажется, что испробовано все, некоторые дети продолжают испытывать трудности при приеме лекарства. Перерыв или пауза могут помочь успокоить ребенка.

Если все это не помогает, есть способы, приведенные ниже, которыми пользуются другие родители, когда их ребенок испытывает большие проблемы при приеме лекарства:

- Проявляйте доброту, но будьте тверды, обращаясь с Вашим ребенком. Напомните ему, что прием лекарства – обязателен. Скажите, что Вы сожалеете, что ему это так трудно, и надеетесь, что будет легче. Дайте Вашему ребенку знать, что поскольку принимать лекарство важно, чтобы помочь его организму, Вы поможете ему принять лекарство в этот раз.
- Если Ваш ребенок не открывает рот, когда Вы просите его об этом, Вы можете помочь, нажимая вниз на его подпородок. Вы можете также вложить свой палец в рот Вашего ребенка около внутренней стороны щеки и надавить вниз на нижнюю челюсть.
- Помогите Вашему ребенку держать рот закрытым, пока он не проглотит лекарство. Лучше всего, если Ваш ребенок сидит прямо. Убедитесь, что голова Вашего ребенка не отклонилась слишком сильно назад. Это очень затрудняет глотание.
- Попросите кого-нибудь еще помочь Вам. Посадите Вашего ребенка на колени помогающего человека. Один взрослый может обнять ребенка сзади. Он может охватить своими руками тело Вашего ребенка и держать его руки и голову, в то время как другой взрослый будет давать лекарство.
- Если Вашему ребенку нужна помощь при приеме лекарства, каждый раз давая ему дозу нового лекарства, предоставляйте ему возможность достичь успеха.

Ссылки

pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.html

Helping Your Child Take Medicine

This handout offers tips to help your child take medicine. These are ideas that have worked for parents, caregivers and children. We hope they work for you, too!

How to talk to your child about taking medicine



It is best to talk with your child in simple, honest language to help them understand why they have to take medicine.

- Call the medicine what it is and explain how it will help your child.
- Prepare your child in advance for when it will be time to take medicine. This helps to make it predictable and expected, instead of a surprise.
- When you give your child medicine, keep a positive attitude. Your child can sense it when you expect a certain kind of reaction from them. If they feel you expect help from them, they are more likely to be helpful and cooperative.
- Praise your child once they have taken their medicine.

Help your child feel in control

When your child is sick, it can be hard for them to feel like they have any control over their lives. This can be really hard for kids, and it is important to do what you can to give them some choice in what happens to them. It is important to explain that some things are not a choice – like taking medicine. But there are some things that they can have some control over, like how they get to take their medicine. Give your child choices whenever possible.

1 of 4

To Learn More

- Child Life
206-987-3285
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Here are some ways that you can give your child choices about taking medicine:

- Help your child make a plan about how they will take their medicine, and write the plan down. If they are involved in making the plan, it can be easier for them to stick to it.
- Practice the written plan over and over.
- Encourage your child to pretend to give medicine to a doll, a puppet or a stuffed animal. This is called “medical play,” and your child can practice it right before they take their medicine and at other times.
- Make “Medicine Time” a part of the daily schedule and routine. Consistently using the same time and even place for medicine time helps your child get ready and feel prepared to take medicine.
- Help your pre-school or young school-age child to make a reward or sticker chart to help keep track of their progress.
- If they are 3 years old or above, involve your child in getting their medicine ready and taking it while you help. Always avoid leaving children alone to take their medicine.
- Be creative and work with your child to find new ways of taking medicine.

How to make medicine easier to take

Here are some examples of how to make it easier for your child to take their medicine. Remember to involve your child whenever you can. This will help them feel like they have some control.

Before you try any of the ideas below, check with your child’s pharmacist. Some medicines may not be mixed with or taken with certain kinds of food or liquid. Other medicines may not be chewed, crushed or cut.

How to make liquid medicine taste better

Some kinds of liquid medicines are bitter and can be hard to take. Try these tips if your child has a hard time taking liquid medicine:

- Ask your pharmacist about flavoring options. Sometimes they can add a special product to help the medicine taste better.
- Try using a syringe without a needle in it. Ask your pharmacist or healthcare provider about getting a liquid medicine syringe.
- Your child may not taste the medicine as much if they first eat something cold. Try popsicles or ice chips.
- Mix the medicine with a strong flavor. Try a favorite powdered drink mix, chocolate syrup, maple syrup, cherry syrup or other flavored syrups. Have your child help with mixing the medicine to include them in the process.
- Take away the aftertaste of the medicine by having your child quickly drink juice afterwards. Sucking on a lollipop might also help.
- Give your child something sticky that will coat their tongue before giving them medicine. Try maple syrup.
- Let your child make their own choices about how they want to take the medicine.

How to give medicines that can be crushed or powdered

Mixing crushed pills or powdered medicine with food or juice can help mask the taste. It is important that your child is aware that you are doing this. If the technique is not successful and they feel “tricked” they may start avoiding foods. Try some of these tips:

- Buy a pill crusher at your local drug store or pharmacy, or crush pills between two spoons.
- Try mixing crushed pills with foods like applesauce, yogurt, sherbet, pudding or ice cream. Try liquids like cherry syrup, orange juice, grape juice or frozen raspberry juice concentrate.
- For the soft foods that are listed above, have your child practice swallowing small amounts without chewing before adding medicine.
- For syrups, you can dissolve crushed pills in a spoon with a little water and add syrup right into the spoon.
- For juices, you can add crushed pills to a small amount of juice, and then follow it with a drink that your child chooses.

How to teach kids to swallow pills

Many children can learn how to swallow pills with just a little practice. For some children, learning how to swallow pills can be hard. Your child can start trying to swallow pills if they are 5 or more years old. Here are tips to make it easier to learn how:

- Gel caps come in many sizes, and can be used to help take away the bitter taste of pills. Ask your child’s healthcare provider or pharmacist for gel caps. Before filling gel caps with a pill or a crushed pill, try giving them empty or filled with sugar to practice.
- Quickly dip the gel cap in ice water before giving it to your child to swallow. This will make the coating very slippery and easier to swallow.
- Have your child practice swallowing pills by starting with small candies. First, have your child swallow a very small piece of candy, like one of the sprinkles that you put on ice cream. Then use candies that are just a little bigger, like M&M’s Minis and Tic Tac candies. Never have your child swallow candy that is larger than a pea or a small bean. Work up to practicing with gel caps filled with sugar.
- Put the pill in a spoonful of Jell-O, pudding or yogurt and let it slide down your child’s throat.
- Cut the pill into halves or quarters. Give your child one piece at a time to swallow.
- Try making pills easier to take by putting them in a small piece of fruit snack.

How to make your child comfortable when taking medicine

- If your child is pre-school or young school-age, hold them sitting up in your lap.
- Let your child hold something that makes them feel more comfortable, like a blanket or a stuffed animal.

If tips and tricks do not work

Even when you feel like you have tried everything, some children will still have trouble taking medicine. A break or a time-out before taking medicine might help them calm down.

If that does not work, these are things that other parents have done when their child has a lot of trouble taking medicine:

- Be kind but firm with your child. Remind them that taking medicine is not a choice. Let your child know that you are sorry it is difficult, and that you hope that it will get easier. Let your child know that since taking medication is important to help their body, you will help them take the medicine this time.
- If your child will not open their mouth when you ask them to, you can help by pressing down on their chin. You can also put your finger in your child's mouth near the inner cheek and push down the lower jaw.
- Help your child to keep their mouth closed until they swallow the medicine. It is best if your child is sitting up straight. Make sure your child's head is not bent too far backward. This makes it very difficult to swallow.
- Ask someone else to help you. Sit your child on another caregiver's lap. One adult can give a "hug hold" from behind. They can wrap their arms around your child and hold their arms and head while the other adult gives the medicine.
- If your child needs help one time taking medicine, approach each new medication dose by giving them the opportunity to succeed.

References

pbs.org/parents/talkingwithkids/health/medicine.html