



IFDA  
سازمان غذا و دارو  
معاونت غذا و داروی  
دانشگاه علوم پزشکی  
آذربایجان غربی



# آموزش مصرف منطقی دارو ویژه کودکان

نویسنده: دکتر لائین علی اصغرلو  
طراح: دکتر سعید مسلک

با تشکر از راهنمایی های:  
دکتر حسین نازآور  
دکتر نادر آقاخانی





# بسم الله الرحمن الرحيم

این کتاب با هدف آشنایی کودکان و نوجوانان با فرهنگ صحیح مصرف دارو و جلوگیری از مصرف خودسرانه آن گردآوری و تهیه شده است.

مجموعه حاضر حاصل راهنمایی‌های دلسوزانه همکاران در معاونت غذا و دارو، کمیته تجویز و مصرف منطقی دارو، مدیریت نظارت امور دارو و مواد مخدر و روابط عمومی معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی استان آذربایجان غربی می‌باشد.

امید است گامی هر چند کوچک در جهت ارتقا سطح سلامت جامعه برداریم.

لاوین علی اصغرلو  
کارشناس امور دارویی



سخنی با والدین:

✓ مصرف خودسرانه و بی‌رویه دارو یکی از مهم‌ترین مشکلات بهداشتی -

درمانی بویژه در کشورهای در حال توسعه می‌باشد. مصرف خودسرانه دارو در برخی مواقع باعث گمراه نمودن پزشک و تشخیص اشتباه بیماری و باعث تحمیل هزینه‌های اضافی به خانواده‌ها و نظام سلامت کشورها می‌شود. استفاده غیرمنطقی از آنتی‌بیوتیک‌ها، مصرف در مواقع غیرضروری و کامل نکردن دوره درمان باعث شیوع و گسترش مقاومت‌های میکروبی می‌گردد.

✓ با توجه به اینکه بسیاری از آموزش‌ها از همان سنین کودکی و در قالب نقاشی

قابل اجرا است؛ لذا کمیته تجویز و مصرف منطقی داروی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه اقدام به تهیه نقاشی‌هایی حاوی پیام‌های آموزشی در زمینه مصرف منطقی دارو نموده است. امید می‌رود محتوای آموزشی این نقاشی‌ها به ارتقای فرهنگ مصرف دارو کمک نماید.

✓ در هر کدام از نقاشی‌ها از کودک بخواهید تا نقاشی را توضیح دهد و برای آن داستانی تعریف کند و در انتها پرسید که پیام این نقاشی چیست؟ از او کمک بخواهید تا درباره نقاشی‌ها قضاوت کند. با توجه به سن کودک و به اقتضای سطح درک و فهم او نقاشی‌ها را توضیح دهید.

✓ هیچ‌گاه به اجبار یا به خاطر ترس از پزشک به کودک خود دارو ندهید. از دارو به عنوان ابزاری برای تهدید استفاده نکنید. دارو را به عنوان شکلات و خوردنی به کودک ندهید.

✓ بسیاری از مردم تصور می‌کنند چون گیاهان دارویی منشا طبیعی دارند. عوارض جانبی خطرناکی نخواهند داشت ولی مهمترین نکته ای که باید به آن توجه کنیم این است که گیاهان نیز دارو هستند و باید با آن‌ها باید مشابه سایر دارو‌ها رفتار کنیم و به نکات احتیاط مصرف و هشدارها و عوارض جانبی شان توجه کنیم.

## سایر نکات استفاده از داروها برای کودکان:

- ✓ دارو را جای مناسب و دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.
- ✓ داروها را حتماً در بسته بندی اصلی خودش نگهداری نموده و از کندن برجسب یا مخدوش نمودن دستور دارو خودداری کنید.
- ✓ تنظیم مقدار مورد نیاز دارو برای مصرف بر اساس وزن کودک می‌باشد. موقع مراجعه به پزشک یا داروساز وزن کودک خود را به ایشان اطلاع دهید.
- ✓ برخی داروها با همدیگر یا با برخی غذاها تداخل دارند. بنابراین از داروساز درباره تداخل دارو با غذا، دارو با دارو و اینکه کدام داروها را باید با معده خالی و کدام داروها را باید بعد غذا مصرف کرد، سوال نمایید.
- ✓ همزمان چند مکمل غذایی را به کودک ندهید.
- ✓ دوره درمان داروها را کامل کنید. این مورد بویژه در مصرف آنتی بیوتیک‌ها اهمیت زیادی دارد.

✓ نکات روی بسته‌بندی داروها و کاغذ داخل قوطی دارو را با دقت مطالعه

کنید. به مقدار مورد نیاز مصرف دارو که روی برجسب بعضی از داروها نوشته شده، توجه کنید. دادن دوز بیشتر نیز توصیه نمی‌شود، بنابراین حتماً طبق برجسب روی بسته‌بندی دارو و دستور پزشک عمل نمایید.

✓ هرگز از قاشق آشپزخانه استفاده نکنید، چون ممکن است در انتخاب

دوز مناسب دچار اشتباه شوید. تنظیم مقدار داروی کودک خود را با استفاده از پیمانه‌های مدرج یا قطره چکان انجام دهید.

✓ هیچ وقت دارو را با آب یا آب میوه مخلوط نکنید. چون اگر کودک نیمی از

بطری یا لیوان ترکیبی را بخورد، مشخص نیست چه مقدار از دارو را دریافت کرده است.

✓ تب یک مشکل بزرگ است و راه‌های کنترل آن را بدانید.

## از کودک خود پرسید:

- این نقاشی چه چیزی را نشان می‌دهد؟
- وقتی مریض شدیم چه کار باید انجام بدهیم؟

## سخنی با والدین:

- در هنگام بیماری: به کودک بیاموزید زمانی که تب، سرفه، گلودرد یا شکم درد دارد به پدر، مادر و یا مربی خود اطلاع دهد.

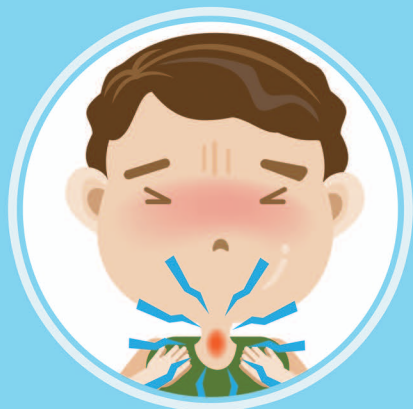
## پیام نقاشی:

- وقتی مریض شدید به پدر، مادر یا معلم خود بگویید.





سرفه



گلودرد



تب



## از کودک خون بپرسید:

- این نقاشی چه چیزی را نشان می دهد؟

- برای نقاشی یک داستان تعریف کنید.

## پیام نقاشی:

پزشک شما را معاینه می کند و دارو می نویسد.



## سخنی با والدین:

افرادی مانند پزشک یا داروساز را برای کودک معرفی کنید، مثلاً به کودک بگویید زمانی که حال کسی خوب نباشد، پدر و مادر او را پیش پزشک می‌برند و پزشک بعد از معاینه برای او در یک دفترچه یا بصورت الکترونیک، دارو می‌نویسد. با توجه به درک کودک خود دفترچه بیمه و نسخه الکترونیک را به او توضیح دهید و بگویید به کمک آن‌ها هزینه داروها کاهش پیدا می‌کند.

## پیام نقاشی:

پزشک شما را معاینه می‌کند و فقط او در دفترچه بیمه دارو می‌نویسد.





## سخنی با والدین

یکی از مشکلات مصرف دارو در جامعه ما، پذیرش نظرات درمانی افرادی است که در این زمینه اطلاعات کافی ندارند.

استفاده از داروهای تجویز شده قبلی در موارد مشابه بیماری باید تحت نظر پزشک یا داروساز انجام گیرد و توصیه این داروها به افرادی که شرایط مشابه بیماری ما را دارند، نادرست می‌باشد.

## پیام نقاشی:

داروی خود را به دیگران توصیه نکنیم.



## از کودک خود پرسید:

- این تصویر چه جایی را نشان می دهد؟
- در این محل درباره داروها از چه کسی می توانید سوال کنید؟ (بخش های مشاوره با داروساز، پذیرش نسخه، صندوق را به کودک معرفی کنید).

## سخنی با والدین:

داروساز در مورد داروهای شما و نحوه مصرف آنها توضیحاتی می دهد. به عنوان مثال بعضی داروها را باید با غذا و بعضی را باید با معده خالی مصرف کرد، بعضی داروها را باید در زمان مشخصی از روز استفاده نمود، حین مصرف برخی داروها باید از مصرف بعضی غذاها اجتناب کرد، بعضی داروها را نباید باهم مصرف کرد. از داروساز درباره شرایط نگهداری از داروها پرسش کنید، بعضی داروها را باید در یخچال نگه داشت، برخی داروها را باید دور از نور خورشید و در کابینت نگه داشت.

توجه داشته باشید:

هر فرد در محیط داروخانه صلاحیت پاسخ گویی به سوالات علمی درباره داروها را ندارد.

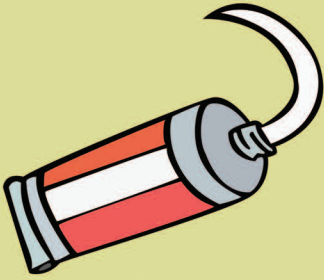
## پیام نقاشی:

در داروخانه فقط از داروساز درباره داروها پرسش کنید.





اشکال دارویی مختلف را به کودک معرفی کنید.  
کپسول‌ها و قرص‌ها را با یک لیوان آب می‌خورند.  
کرم‌ها را روی پوست بدن می‌مالند.  
آمپول‌ها را اگر پزشک صلاح بداند برای مداوای شما تجویز می‌کند.  
دارو اسباب بازی نیست و نباید به آن دست زد و یا با آن بازی کرد.



خمير



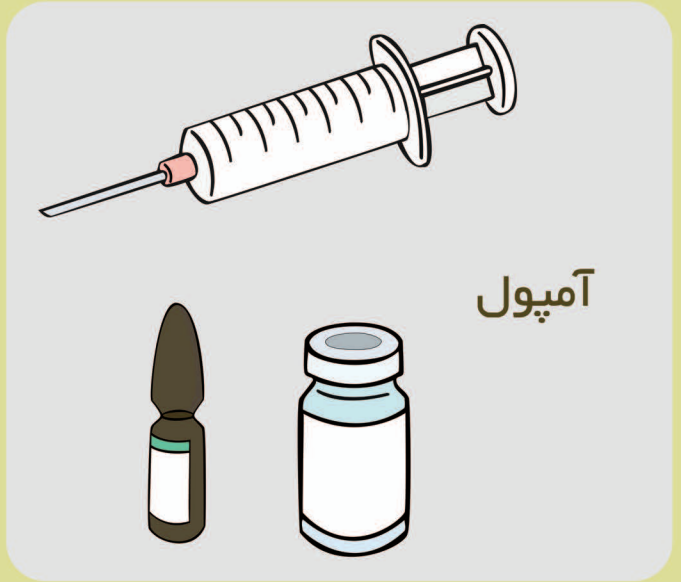
کپسول



کپسول ژلاتینی



قرص



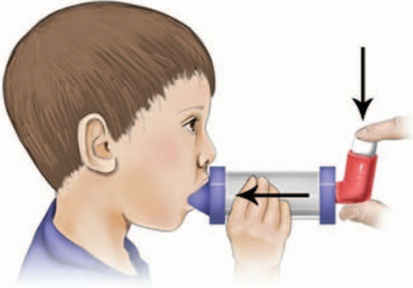
آمپول

## به کودکان خود توضیح دهید:

- اسپری‌ها چه ترکیباتی هستند و به چه منظوری استفاده می‌شوند؟
- تعداد دفعات استفاده از اسپری‌ها مطابق دستور پزشک می‌باشد.
- نباید با این وسایل بازی کرد.

## سخنی با والدین:

با مطالعه کاغذ داخل بسته‌بندی داروها، نحوه درست استفاده از اسپری را یاد بگیرید. معمولاً کودکان جهت استفاده از این اشکال دارویی به طور مناسب همکاری نمی‌کنند. بعضی از کودکان از این اشکال دارویی به خوبی استفاده نمی‌کنند و بعضی از آنها با این اشکال دارویی بازی می‌کنند. بنابراین دلیل استفاده از این اشکال دارویی را به کودک خود آموزش دهید.

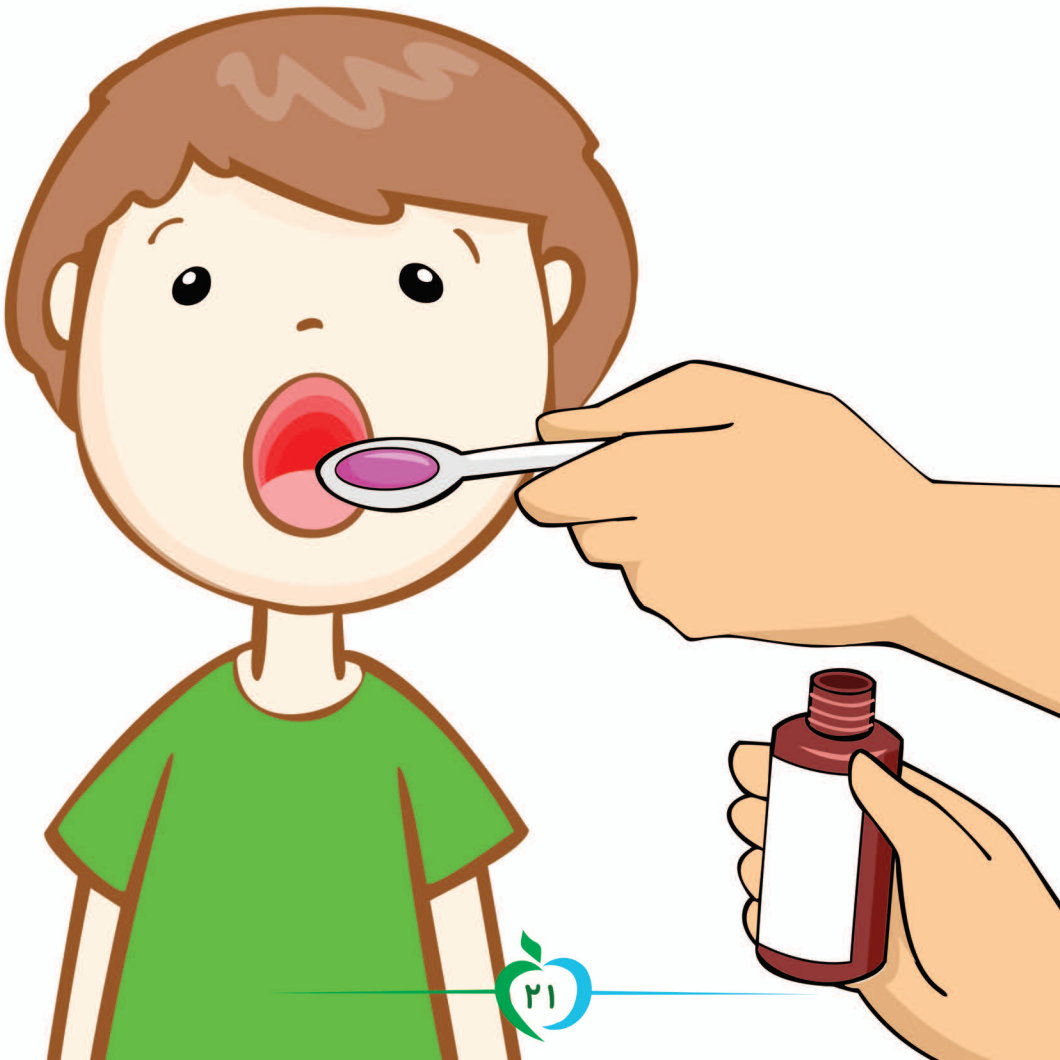


## سخنی با والدین

برای اینکه کودک در خوردن داروها همکاری کند به او کمک کنید تا فلسفه بیماری و دلیل خوردن دارو را درک کند. از عبارات تشویقی و کمکی در جلب همکاری کودک استفاده کنید. دارو به بهبود او کمک می‌کند تب او پایین می‌آید، حال او بهتر می‌شود و می‌تواند با دوستان خود بازی کند.

## پیام نقاشی:

داروهایمان را تنها نمی‌خوریم.



## از کودک خود پرسید:

- این نقاشی چه چیزی را نشان می‌دهد؟

- برای این نقاشی یک داستان تعریف کنید.

## پیام نقاشی:

نباید به داروی بزرگترها دست زد.



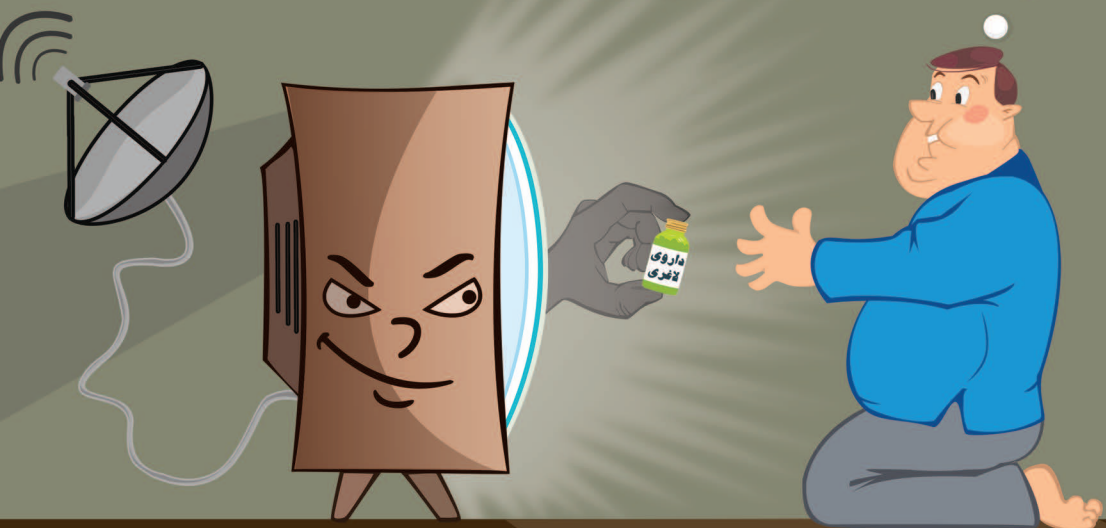
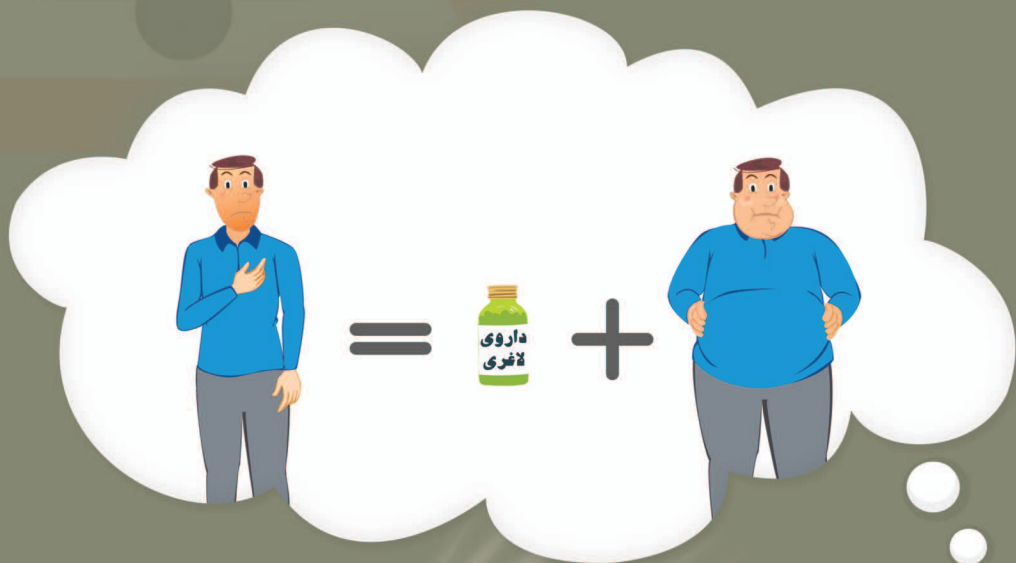


## از کودک خود پرسیده

- این نقاشی چه چیزی را نشان می‌دهد؟

## سخنی با والدین

بسیاری از تبلیغات دارویی در رسانه‌ها جنبه تجاری داشته و قابل اعتماد نمی‌باشند. تغییر ناگهانی وزن در هیچ یک از منابع علمی معتبر مورد تایید نمی‌باشد. بهتر است برای تغییر وزن بدون اینکه به سلامتی خویش آسیب برسانید با یک کارشناس یا متخصص تغذیه مشورت کنید.



در صورت قابل درک بودن، این نقاشی را به کودک خود توضیح دهید.

توجه داشته باشید:

سرماخوردگی و آنفولانزا به دلیل عفونت‌های ویروسی ایجاد می‌شوند و آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان عفونت‌های ویروسی موثر نیستند.

من سرما خوردم  
باید آنتی بیوتیک مصرف کنم؟

آنتی بیوتیک‌ها درمان  
مناسبی برای بیماری‌های ویروسی  
مانند سرماخوردگی و آنفولانزا  
نیستند.

بخش مشاوره دارویی

مراحل زیر را در صورت ابتلا به سرماخوردگی دنبال کنید:

#### اول:

برای درمان سرماخوردگی به میزان کافی استراحت کنید و مایعات فراوان بنوشید. وقتی می‌خواهید و استراحت می‌کنید به بدن خود اجازه می‌دهید تمام انرژی خود را برای مقابله با سرماخوردگی به کار برد.

#### دوم:

همزمان با مرحله اول از داروساز برای درمان سرفه، تب یا درد عمومی بدن سوال کنید تا شما را با کمک داروهای بدون نسخه راهنمایی کند. داروهای بدون نسخه داروهایی هستند که می‌توان بدون وجود نسخه پزشک و با توجه به راهنمایی دکتر داروساز از داروخانه تهیه کرد.

#### سوم:

در صورتی که بعد از چند روز علائم بیماری ادامه داشت یا شدت پیدا کرد یا دچار تب شدید، به پزشک مراجعه کنید.



# از کودکی برای سلامت فرزندانمان برنامه ریزی کنیم.

کمیته تجویز و مصرف منطقی دارو  
معاونت غذا و داروی  
دانشگاه علوم پزشکی  
آذربایجان غربی