

子どもの薬と飲ませ方

Q：子どもが嫌がって薬を飲んでくれません。上手に薬を飲ませるにはどのような方法があるのでしょうか？

A：残念ながら絶対的というような方法はありませんが、飲み物や食べ物に混ぜてるなど、ノウハウを教えますので、いろいろ工夫してみてください。

Q：解熱剤（熱さまし）は体温が何度くらいまで上がったら使えばいいのでしょうか？

A：お子さんの状態（機嫌）にもよりますが、一般的には38.5℃くらいが目安とされています。

子どもに上手に薬をのませるコツ

お子さんが薬を飲むのを嫌がって、ご苦労された経験は多くの方がお持ちだと思います。基本的にはお水かぬるま湯で飲ませるのが原則ですが、そのままでは飲んでくれない場合には、飲み物や食べ物に混ぜて味や匂いをごまかす工夫をすると良いでしょう。

ただし、次回から嫌がって薬を飲まなくなる場合がありますので、嫌われては困るようなミルクや離乳食には混ぜないようにして下さい。また、薬によってはオレンジジュースのように酸味のあるものやスポーツドリンクのような飲み物が、苦味を強く感じさせることもありますので、あらかじめ薬剤師に相談してみてください。

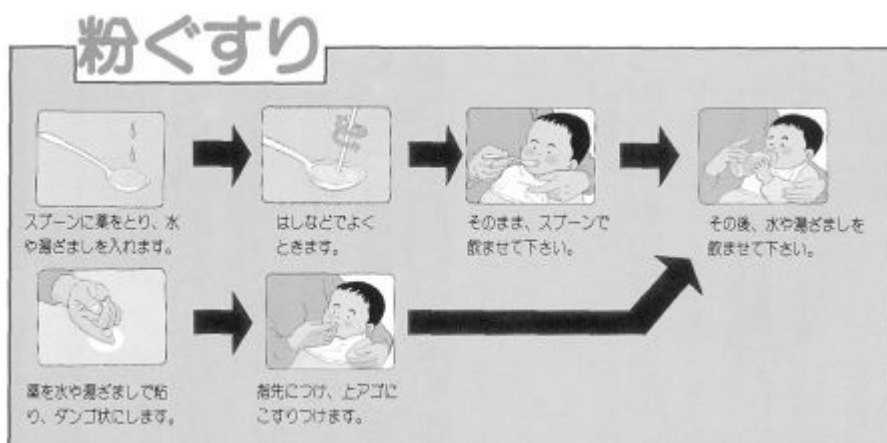
このように、残念ながら、子供に上手に薬をのませる絶対的なコツというか、万能の方法はありませんが、今日のお話を参考にして、それぞれのお子さんにあった方法を工夫してみてください。

粉ぐすりの飲ませ方、嫌がる場合の工夫

一般的には、乳児や小さなお子さんには少量の湯冷ましで薬をペースト状にして、頬の内側に擦り付けてから、麦茶やジュースを飲ませる方法が良いでしょう。

薬を嫌がる場合には、アイスクリーム少し食べさせて、舌の感覚を鈍くさせてから、薬をアイスクリームに混ぜて食べさせてみましょう。この場合には、味の濃いバニラやチョコレート味が良いかもしれません。

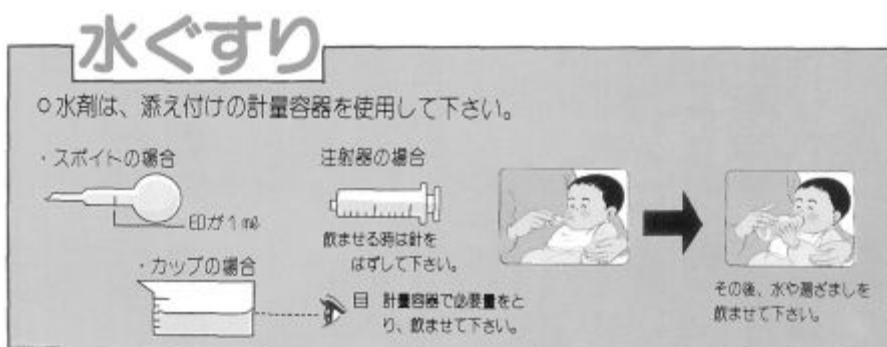
そのほか、チョコレートクリーム、ピーナツクリーム、ジャムやコンデンスミルクのようなクリーム状のものに薬を混ぜたり、飲むゼリーやゼリー状のオブラートで包むようにして服用させる方法もあります。いろいろ試してみてください。



シロップや水ぐすりの飲ませ方は

小さなお子さんでは、添え付けのスポイト、カップ、注射器や市販の「薬飲み」などで少量ずつ飲ませ、そのあと、麦茶やジュースなどで口直しをすると良いでしょう。数種類の薬が混ざっているものや、薬が底に沈んでいるものは必ず振って均一にしてから与えて下さい。

最近は味の良い、美味しいシロップもありますので、お子さんが勝手に飲んだりしないように、手の届かない場所に保管しましょう。



1日3回の薬、いつ飲めばいいの？

お子さんに出されるお薬の場合、たとえ毎食後の指示があっても、必ずしも食後に飲ませる必要はありません。指示された回数に合わせて、起きている時間帯を分割して飲ませてあげて下さい。例えば、1日2回の薬であれば10～12時間ごとに、1日3回の薬では朝起きてからと昼と夜で、通園・通学されているお子さんであれば、朝と帰宅後と寝る前に、4時間以上間隔が開いていけば構いませんので、1日3回飲ませてあげるようにして下さい。

体温が何度くらいまで上がったなら解熱剤を使えばいいのでしょうか？

解熱剤（熱さまし）を使う目安は一般的には38.5℃くらいとされていますが、お子さんの機嫌がよく、食欲があり、よく眠れているようなら使う必要はありません。反対に38℃～38.5℃の発熱でも、機嫌が悪く、頭や咽喉が痛い、泣き止まない、熟睡できないなどの症状があれば

使ったほうが良いでしょう。

特に、熱がある時には、水分を補給することが何より重要ですので、脱水症状を起こさないよう、こまめに水分を与えてあげてください。

いずれの場合も、前もって主治医の先生に使い方の確認をしておくといいでしょう。

解熱剤は前回からどれくらい間隔が開いていれば、使って良いのでしょうか？

薬の成分や剤形（錠剤、粉薬、シロップ、坐薬など）により違いがありますが、一般的によく使われているアセトアミノフェンという成分の薬の場合、だいたい3～4時間は効果が続くと言われています。このため、解熱剤を再度使用する場合には6時間程度は間隔を開けて下さい。

大事なことは、薬で熱を下げても、風邪やインフルエンザなどの原因がなくなる訳ではありません。発熱や症状が続くような場合には病院を受診しましょう。

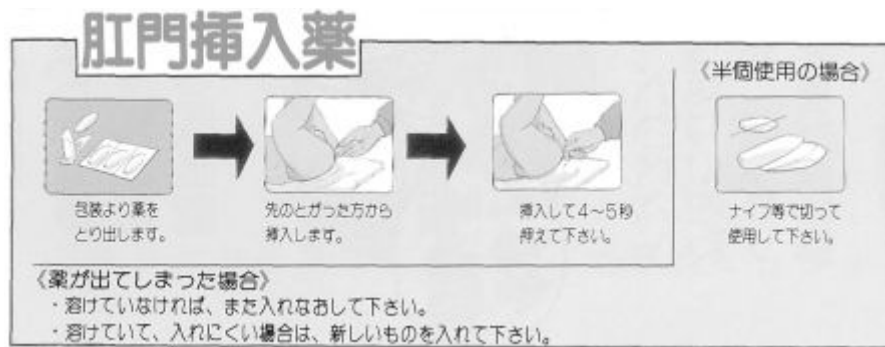
坐薬の使い方と注意

坐薬を使用するときには、次のことに注意して下さい。

1. 坐薬が冷たすぎると便意を催すことがありますので、使用する前に数分間、室温に置いてから使うといいでしょう。
2. 坐薬は先のとがった太い方が先になります、太い方から挿入して下さい。
3. 挿入の際はお尻（肛門）をお湯で湿らせたガーゼなどで濡らし、坐薬の先端も水で濡らすか、体温で少し暖めると挿しやすくなります。
4. オムツを替える要領で、ひざを曲げるように両足を持ち上げ、足を押さえながら挿入すると良いでしょう。
5. 挿入してから1～2分間はティッシュでお尻（肛門）を押さえて、坐薬が出てこないことを確認して下さい。

もし、入れた坐薬が出てきてしまったら？

挿入して直ぐなら、もう一度入れて下さい。挿入してから20～30分経って、小さくなったものや液状のものが出てきた場合は、すでに薬の成分が吸収されていることが考えられますので、新たには挿入しないで下さい。症状や熱の上がり具合をみて、効果が現れないときや、気になる症状があるときには、医師や薬剤師に相談して下さい。



【参考資料】

北海道薬剤師会編；薬の知識と正しい使い方（2006）

くすりの適正使用協議会編；くすりと健康についてくすりになる話（2003）

朝永文弥編；くすりと病気のQ & A（1990）