

对于很多父母来说,宝宝生病后给宝宝喂药可真是一个大难题,往往是全家都总动员了,但最后却是大人们忙得满头大汗,宝宝被呛得哭得声嘶力竭,而药却是撒得到处都是,让年轻的父母们束手无策,不知该怎么办才好。儿科专家指出,其实,给宝宝喂药,只要讲究一些技巧和掌握正确的方法,宝宝喝药不哭不闹,完全能够把喂药变成一件轻松的活儿。

# 给孩子喂药 不要强灌

**家长想法:喂药困难,不如输液**

孩子病了就要吃药,可是有许多家长无奈地选择了让医生给孩子输液,因为给孩子喂药实在太困难,每一次喂药都要搞得像一场“战争”。因此,门诊上常常有家长不管孩子的病是轻是重都要求医生给孩子输液,尽管他们也知道输液会有许多不良后果。可见,解决喂药困难,其实可以减少大量不必要的输液。

那么该如何给孩子喂药呢?专家说,引导孩子吃药,也是一门学问。首先家长要选择合适儿童的药物剂型,比如糖浆剂或混悬剂,这类

液体剂型服用方便,口感好,易被儿童接受。另外像滴剂,药物浓度高,服用容积小,只需要滴入口腔即可,尤其适合婴幼儿服用。还有一些泡腾片,放入水中后会冒出神奇的气泡,儿童也乐于接受,还有一些药可以混着果汁吃,这样孩子也不会觉得药苦而不愿意吃了。

其次,父母不要把吃药当作一种给孩子的惩罚或者平时就把打针、吃药当做一作恐吓孩子的口头禅,以致孩子一见到医生就害怕,一遇到吃药就抗拒。

## 大孩子吃药,讲道理多鼓励

当孩子不愿意吃药时,家长不能采用简单的妥协方法,不要想着孩子不肯吃药就算了,就直接去医院,让医生输液打针。

专家解析:打针的副作用和风险性要比吃药高很多。从用药安全的角度来说,能口服的就不

要输液。因而,家长不可因为要省事儿而给孩子带来更大的风险!还有的家长则把吃药当成惩罚手段,平时孩子不听话就吓唬说要吃药,还强调是苦药,孩子就会认为药是很苦的,当然更加不愿吃药。

对于大一点的孩子,他们已经懂得与父母沟通,这个时候,需要的是耐心地跟孩子交流,温和地告诉他:“宝宝现在生病了,需要吃这些药,才能好起来。”

当他开始自己用勺子吃药的时候,爸爸妈妈要毫不吝啬地给予他鼓励,比如说:“宝宝真勇敢,可以把药喝得干干净净。”让他知道,他能把药喝完,是一件很光荣的事情,并可给他一些小小

的奖励,给他喜欢吃的糖或饼干之类。让孩子从心理上消除对吃药的恐惧,由被动变成主动,不再害怕吃药。不过,这有赖于从小的潜移默化。

建议家长:简单地说,就是多鼓励,多赞扬。喂之前,讲道理。喂完,要鼓励。家长平时不要把吃药当作一种苦差事来强调,不强调也就不强化了。



## 小婴儿被灌药,易有抗拒心理

喂药的时候,有些家长喜欢捏着孩子的鼻子,当孩子张嘴呼吸时把药灌下去,或者是看到孩子哭闹很厉害时依旧强行灌药。

专家解析:这种方法灌药虽然简单,但因小婴儿吞咽功能不完善,会引起呛咳和呕吐。最好不要灌,小时候被灌过药的孩子,一直对吃药都很抗拒。

另外,孩子在哭闹的时候强行给他灌药,不仅容易因药物吸入气管而发生呛咳,甚至窒息等,而且还会让孩子对喝药产生一种恐惧的心理,觉得吃药是一件很恐怖的事情,并越来越抗拒吃药。

要让孩子比较轻松地吃药,姿势一定要正确:先把孩子的头抬高,让脸侧偏,然后用勺或吸管从下颌部(口腔靠下牙的一侧)伸进去将药慢慢喂入,勺或吸管不要急着拿出来,等孩子把药吞下了再拿出来。待所有的药液都喂完后,再用小勺加几勺白开水,帮助宝宝把口腔内的余药咽下去,冲淡残留在口腔中药味。

不过,像止咳糖浆等就不必再喂水,因为它在处于比较黏稠的状态时,服用后药物会粘附在咽部,直接作用于病变部位,从而起到消炎止咳的作用,如果喝完后又喂水的话,则可能会把咽部药物的有效成分稀释,影响药效发挥,所以,这时一般喂完药后就暂时不喂白开水。若是片剂切记要弄碎再喂给孩子吃,否则易误吸入气管。

建议家长:当小孩长到3~6个月大时,要适当给他们喝多种口味的果汁和汤水,像苦瓜汁、番茄汁、西洋菜汤、芥菜汤(汤要是滚汤,里边不加盐)等,略略有些酸或苦味,让孩子慢慢适应不同食物的味道,等到生病吃药的时候,自然就不怕苦了。给小婴儿喂药时,选择一些滴管,一点点慢慢地滴进嘴里,这样比较方便。

## 小贴士

### 孩子把刚喂的药吐出来,咋办?

婴儿吃药呕吐多因吞咽功能不完善引起,而稍大一点的孩子吃药呕吐则很可能是因为口感不好,吃了就给吐出来。结果,父母就又重新再喂一次。

专家说,给孩子吃药一定要遵照医嘱,要严格地听从医生的指导,医生说的药量不能随意加减。如果刚喂进去就吐了很多,需要再补喂一次,如果半小时后才吐,就不必再补了。如果只是吐很少一点,也可不补。

如果嫌药苦,特别是片剂的药,可以用孩子爱喝的果汁、蜜糖水、葡萄糖水兑着吃,但果汁或糖水的量一定要严格按照药物说明书上的量来控制,否则也会影响药效。牛奶可能和药物起反应,不建议和药物掺在一起。(张华)



## 帮助宝宝3岁前摆脱纸尿裤

在老一辈的育儿观念中,尽快让孩子学会自己大小便非常重要。但纸尿裤的出现却打破了这一点。年轻父母如今对于孩子何时戒尿布的观念大多是“顺其自然”。那么孩子是否真的“时机到了戒尿布是水到渠成”、“孩子大了自然会懂”呢?摆脱不了纸尿裤对于孩子的成长和健康是否有影响?专家表示,父母应该尽量帮助孩子在3岁前“戒掉”纸尿裤。

### 3岁后不宜再用纸尿裤

“孩子应该戒纸尿布啦”、“隔壁家的小孙女才一岁就会自己上厕所了”……随着孩子的逐渐长大,一边是长辈们的“唠叨”,一边是使用方便的纸尿裤,年轻的家长们似乎会更倾向于延续纸尿裤所带来的轻松生活方式。但这样的轻松能坚持到孩子几岁呢?专家表示,宝宝到了3岁以后,不建议继续用纸尿裤。一般来说,3岁的孩子已经具备一定的表达能力,对于自己的排便需求可以很清晰地表达。

### “戒”纸尿裤要看时机

“戒”纸尿裤要怎么做,不给宝宝用不就行了?这说起来很简单,实际上盲目拿走宝宝的纸尿裤,很可能遭受小宝宝的“反抗”,如继续随意大小便,造成父母们的困扰甚至是怒意,又或者是离开纸尿片就“不会”大小便等行为。因此“戒”纸尿裤并不是拍脑袋说戒就戒的,应该看时机。

专家表示,每个宝宝“戒”纸尿裤的时机都不一样,这与宝宝的生理发展状况、父母有没有提前教育、生活中是否有好的榜样等有关。总的来说,孩子生理够成熟,就是“戒”纸尿裤的好时机。

### 为宝宝营造环境

让宝宝摆脱纸尿裤,绝非一朝一夕即可完成的任务,家长应为此做出长期的努力与铺垫。父母关于“宝宝没有纸尿裤就会尿得一地都是”等话语,对于已经到了“戒”纸尿裤时机的宝宝来说,都是懒人的表现。一般来说,宝宝要做到大小便从条件反射到真正的自理,要到两岁左右。但从孩子6个月能自己坐立开始,就可以着手开始培养。

首先可以从训练坐小马桶开始,父母应摸清孩子大小便的规律,而喝奶后40分钟左右就会有小便的需求,这时让宝宝坐在他自己的小马桶上,同时发出“嘘嘘”、“嗯嗯”的声音,帮助宝宝建立排便的条件反射。专家提醒,坐马桶的时间不应超过5分钟,每次最好都在厕所里面,让宝宝建立起排便、厕所和马桶之间关系的理解。如果宝宝没有便意,父母可以过段时间再试,并仔细观察宝宝是否给出信号。值得一提的是,孩子使用的马桶一定要挑选得当,如是否足够深,以方便大便能顺利排出;坐得是否舒适,如宝宝坐下去双脚是否能踩到地板等。

其次,父母可以与宝宝一起“上厕所”。专家表示,随着孩子的成长,模仿能力和模仿意愿都会与日俱增,此时父母可以假装上厕所,带着孩子让他观看和模仿。加深在厕所的马桶上大小便的印象。

另外,可以先尝试白天不给孩子用纸尿裤,如果孩子表现得不错,可以考虑晚上也不使用纸尿裤。在这个过程中,父母应该做好孩子尿床的准备。专家提醒,对于小孩子来说,5岁以前尿床是很正常的事情。千万不要给予过多的责备。睡觉前有喝奶习惯的孩子,家长可以在一两个小时叫他起床小便,可以有效避免尿床的情况。

(谢哲)