

Leki bez recepty dla dzieci

Drobnym dziecięcym dolegliwościom można zaradzić za pomocą popularnych leków bez recepty. Trzeba to jednak robić z głową. Ekspertka Mody na Zdrowie, doktor Irena Dziewońska, pediatra, opracowała krótki przewodnik jak wybierać skuteczne i bezpieczne leki.

Życie nabrało ogromnego tempa i nie ma czasu na chorowanie. Staliśmy się niecierpliwi i oczekujemy, że wszystkie dolegliwości przejdą jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki po zażyciu jakiegoś wspaniałego specyfiku lub po jednej wizycie u lekarza. A tu, jak na złość, nawet zwykły katar trwa około 2 tygodni. Domagamy się więc, by lekarz przepisał antybiotyk, bo mamy nadzieję, że szybko usunie dolegliwości. Podobną niecierpliwość wykazujemy, gdy chorują dzieci.

Pamiętam, jak za moich dzieciennych lat, matka obserwowała nas przez 2 do 3 dni, gdy niedomagaliśmy. Oczywiście leżenie w łóżku było obowiązkowe. Poila nas herbatką lipową, sokiem z malin i podawała aspirynę, która dziś jest zabroniona do 16. roku życia, bo okazało się, iż może powodować poważne powikłania. Teraz leżenie w łóżku jest mało popularne i na ogół pierwszego dnia, gdy pojawi się gorączka, idziemy z dzieckiem do lekarza lub zamawiamy wizytę domową. A przecież każda choroba rozwija się w swoim tempie i trzeba kilku dni, by objawy były na tyle wyraźne, żeby móc postawić rozpoznanie i rozpocząć odpowiednie leczenie. Przez 2–3 dni, przy lekko podwyższonej gorączce czy objawach przeziębienia i złego samopoczucia, możemy więc kurować dziecko sami, za pomocą leków dostępnych bez recepty.

Po radę do farmaceuty

Dziecko nie jest małym dorosłym i nie można mu podać ćwierć lub pół tabletki przeznaczonej dla nas. Dziecko ma inną przemianę materii i dlatego niektórych leków nie wolno stosować do 12. roku życia. Często trzeba przeliczać dawkę leku na kilogramy wagi dziecka. Dobrym doradcą jest farmaceuta, któremu powinniśmy opisać objawy, podać wiek dziecka oraz poinformować go czy choruje ono na jakąś chorobę przewlekłą, np. alergię. Wtedy dobierze odpowiedni specyfik i doradzi dawkowanie.

Gorąco polecam też książkę pt. „Leki bez recepty dla dzieci” Krzysztofa Piwowarczyka i Ilony Śługaj. Daje ona sporą wiedzę na temat substancji aktywnych działających w lekach. Warto się z nią zapoznać, bo sam fakt, że lek jest dostępny bez recepty nie gwarantuje, że jest w pełni bezpieczny. Znieczulający skórę krem Emla z lidokainą jest na receptę, choć trudno sobie wyobrazić, by można go było przedawkować. Natomiast syrop przeciwkaszlowy i łagodzący objawy kataru Actifed, który zawiera pseudoefedrynę – silnie działającą substancją psychotropową mogącą być powodem poważnych zatruc – jest dostępny bez recepty. Dlatego powinniśmy jak najwięcej wiedzieć o tym, co podajemy dziecku i jak łatwo jest niektóre preparaty przedawkować, mimo ich pozornej niewinności.

Leki bez recepty dla dzieci

W aptekach jest wiele takich specyfików. Przed podaniem dziecku preparatu zawsze należy się zastanowić, czy są do tego wskazania, jaki lek wybrać, w jakiej dawce i w jakiej postaci (krople, syrop, zawiesina czy czopki). Na przykład w przypadku wymiotów lub trudności z podaniem leku, najlepszym wyborem będą czopki. Przed zakupem i rozpoczęciem leczenia należy koniecznie sprawdzić jaką specyfik zawiera substancję czynną. Informację o tym znajdziemy na opakowaniu, najczęściej poniżej nazwy handlowej. Trzeba też przeczytać załączoną ulotkę dla pacjenta. Jeden preparat, np. paracetamol, może mieć wiele nazw handlowych. Gdybyśmy podali dziecku dwa razy ten sam lek, tylko o innej nazwie, groziłoby to przedawkowaniem. W przypadku wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem lub farmaceutą. Leki bez recepty są w zasadzie do leczenia doraźnego, objawowego, nie do przewlekłej terapii.

Gorączka i bóle

Najczęściej w takim przypadku podajemy paracetamol, który ma wiele nazw handlowych: Efferalgan, Panadol, Paracetamol, Calpol, Acenol, Apap, Codipar, Tazamol. Jest to ten sam lek, tylko o różnych nazwach i opakowaniach. Najlepiej skonsultować w aptece z farmaceutą, jaką wybrać postać leku. Dla niemowląt i dzieci wymiotujących – czopki, dla małych dzieci i przedszkolaków – syrop, dla starszych – tabletki. Dawka leku, w zależności od wieku, jest podana na opakowaniu lub w ulotce. Lek działa 4–6 godz. i po tym czasie można

dawkę powtórzyć. Skutecznym lekiem jest również ibuprofen (nazwy handlowe: Ibufen, Ibum, Nurofen). Lek jest dostępny w czopkach, zawiesinie i tabletkach. Stosuje się najczęściej 3 razy dziennie. Dawkowanie w zależności od wieku jest dołączone do preparatu. Popularne są również złożone preparaty ziołowe o działaniu przeciwzapalnym i napotnym: Pyrosal i Termasil.

Katar

Noworodkom i niemowlętom, w celu nawilżenia i rozrzedzenia wydzieliny, najlepiej wkropić do nosa roztwór fizjologiczny chlorku sodu (inj. Natrii chlorati isotonica). Od 4. miesiąca życia można już zakraplać krople z oxymetazoliną. Preparaty dostosowane dla niemowląt i małych dzieci to: Noson, Nasivin i Nasivin soft i Resoxym. Dzieciom powyżej 7. roku życia możemy podawać Acatar i Afrin w areozolu. Krople z ksylometazoliną stosujemy od 2. roku życia (Otrivin), a od 3. Xylometazolin. Połączenie kropli przeciwkatarowi ze składnikiem przeciwuczuleniowym to od 7. roku życia. Rhinophenazol, Betadrin i Otrivin Alergy. Wymienione tu krople, poza roztworem chlorku sodu, należy stosować krótko, do 3 dni.

Przy suchym kaszlu możemy podać leki hamujące odruch kaszlowy, zawierające substancję czynną butamirat – Sinecod w kroplach od 7. miesiąca życia i Sinecod w syropie od 4. roku życia oraz Supremin w syropie od 3 roku życia. Odruch kaszlowy hamują też leki zawierające substancję czynną dekstrometorfan. Od 2. roku życia możemy podawać Robitussin Junior, a po skończeniu 7 lat – Tussidrill. Preparaty te podajemy w przypadku męczącego, duszącego kaszlu, ewentualnie także na noc. Przy kaszlu wilgotnym, z odkrztuszaniem i zaleganiem wydzieliny stosuje się leki, które ją rozrzedzają. Nie należy podawać ich bezpośrednio przed snem. Leki wykrztuśne nie powinny być też stosowane łącznie z hamującymi kaszel. Jest dużo preparatów ułatwiających wykrztuszanie, zawierających substancję czynną ambroksol. Już od 2. miesiąca życia możemy dać dziecku syropy: Mucosolvan, Ambroksol, Ambrosol Pliva, Deflegmin. Gdy skończy 7 lat dostępne są także tabletki Ambrosan i Flavamed. Drugą substancją czynną ułatwiającą odkrztuszanie jest bromheksyna. Zawiera ją Flegamina, którą można podawać od 2. miesiąca życia. Jest dostępna w kroplach, syropie i tabletkach. Od 7. roku życia można stosować acetylocysteinę (preparat ACC). Przy infekcji wirusowej można stosować preparaty złożone, na przykład od 7. roku życia Gripex (zawiera lek przeciwgorączkowy, przeciwbólowy i łagodzący katar i kaszel), Fervex Junior (przeciwbólowy, przeciwgorączkowy i przeciwuczuleniowy) oraz Actifed i Actitrin (hamują kaszel, zmniejszają obrzęk śluzówki nosa, działają przeciwalergicznie). Preparaty te zawierają lek o silnym działaniu – pseudoefedrynę. Przed podaniem lepiej skontaktować się z lekarzem i bardzo uważać, żeby nie przedawkować.

Stosunkowo bezpiecznie

można podawać złożone preparaty ziołowe.