

乖乖吃藥很難嗎！ 原來餵藥也需要技巧？

相信給孩子吃藥對很多家長來說可能是一件令人頭痛的任務！當孩子覺得不舒服時，往往就會變得更容易煩躁和哭鬧。再加上藥物的苦味與周遭環境等其他因素的干擾，都可能導致孩子不願意吃藥。因此，他們就更容易表現出強烈的反抗與大聲哭鬧。面臨這種情況，我們應先了解為什麼孩子不吃藥呢？哪些方法可以讓餵藥過程順利進行呢？



示意圖非當事人



為什麼小孩不願意吃藥？

小孩不願意吃藥可能導致的原因有很多種，以下列了幾項可能的原因：

① 味道和口感

不好吃的味道或口感可能使幼兒感到不舒服或不喜歡，就如同我們大人心情煩躁或不適時，都會想吃一些甜食來慰藉自己一樣。

② 控制權和自主性

幼兒在成長階段時會逐漸有自我意識，慢慢有了自己的喜好與選擇權。而吃藥這個行為可能讓他們感到失去了自我的控制權，這會使得他們做出一些抗拒的行為與排斥的反應。

③ 陌生事物

幼兒對陌生的人、事、物都可能感到不安與恐懼。而吃藥對他們來說也是一種陌生的行為，因此可能會引起抗拒的情緒與動作。

④ 不舒服或疼痛

有些藥物可能引起孩童不舒服或疼痛的感覺（如肛門給藥），因而導致不願意服藥。

⑤ 過去的經驗

如果過去曾經有過不好的餵藥經驗，孩子可能會因此產生抵觸行為。

⑥ 注意力

幼兒的專注力通常只有短短幾分鐘，因此他們的注意力很容易被分散。這使得餵藥這件事變得更加困難。

我們先初步地了解小孩不願意吃藥的原因，才能找到問題所在並幫助家長們利用更有效的方法來應對這些問題。

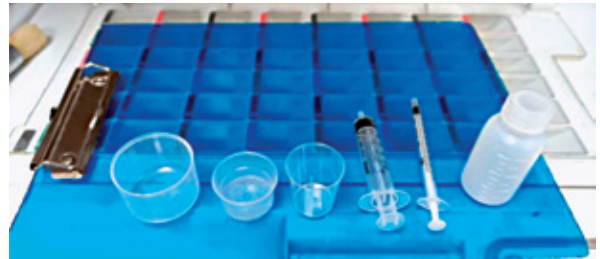
如何成為餵藥高手？

讓幼兒乖乖吃藥是一個巨大的挑戰。以下大致把餵藥的NG手法和聰明小技巧進行分類，希望可以幫助家長避開地雷並更有效地讓幼兒接受藥物。

① 選擇適合的藥物劑型或工具

有些口服藥物除了固體劑型之外，還有做成液體劑型。因此有時選擇液劑給予幼兒，也是一個不錯的選擇。再加上這些藥水會做成不同的水果口味（如葡萄、香蕉等）會更容易被小朋友接受。但如果藥物只有固體劑型，可以試著研磨成粉末或事先把藥物

泡在開水中幾分鐘軟化後，再用小湯匙壓碎，然後混入藥水或開水中進行餵藥。



至於如何選擇適當的工具也是一門學問，一歲以下的小朋友可善加利用滴管、小量杯、空針或小湯匙來餵藥；兩歲以上因已開始嘗試吃一些軟爛的食物，因此可多利用安撫與引導的方式餵藥。像是使用互動的方式或是讓小朋友選擇藥品使用的先後順序，都是不錯的方法！

② 正確的餵藥姿勢與步驟

餵藥時，請先用一手將孩童抱在懷裡並呈現45度的姿勢，另一手再利用滴管、空針等工具把藥物滴在兩側嘴角的舌下，盡量避免太過於深入咽喉或上顎而引起嘔吐的狀況。藥物應分成少量多次慢慢地進行餵藥，但如果幼兒的表現是抗拒，那就要儘量快速地將藥一次餵完，但請避免孩子被噎到喔！



③ 環境、時間與地點

可選擇幼兒比較放鬆和較願意配合的時間與地點。像一般寶寶的最佳吃藥時間，是在吃飯前半小時至一小時內，因為處在飢餓狀態



示意圖非當事人

下比較容易將藥吞下去。家長須避免在吃飽後立即餵藥，因為如果寶寶反抗就極可能引起嘔吐，嚴重可能會危及寶寶的生命安全。

此外，如果家長自身因對冗長的餵藥過程感到急躁或焦慮，也容易將此情緒影響給幼兒，進而增加他們的抗拒情緒。因此，家長須儘量保持冷靜與耐心，並給予幼兒足夠的時間和空間。

④ 給予正面的獎勵或認可

當幼兒成功地接受藥物時，可嘗試使用較誇張的語言鼓勵或給予小獎品來獎勵孩子，這樣可以增加他們的配合度。反之，請避免使用強迫或威脅的方式進行餵藥，這樣只會讓幼兒產生抗拒情緒，將使得餵藥變得更加困難。

⑤ 使用分散注意力的方法

幼兒的注意力很容易被轉移，因此不妨在餵藥的同時做一些可以分散注意力的活動，比如唱歌、說故事或角色扮演等遊戲。

這樣可以讓他們分散注意力的同時一邊餵藥，使幼兒更容易接受藥物。

⑥ 尋求專業的協助

如果嘗試了許多方法後仍然無法讓幼兒順利地服藥，可以尋求專業人員的協助與建議，如醫師、護理師或藥師等。他們可能有一些特殊的技巧或建議，可以大幅提升餵藥的順暢度喔！

結語

每個孩童都有獨特的個性和喜好，因此父母需要不斷嘗試不同的方法，來找到最適合自家小孩的服藥方式。在這個過程中，父母需保持耐心與理解，同時也要確保孩子能正確、有效地服藥。俗話說：「萬事起頭難，只怕有心人」，只要懂得避免使用上述的NG手法，就能有效地協助孩子順利服藥。希望未來給家中寶貝服藥這件事，不再是父母的夢魘囉！🌈

▶ 參考資料

- 實用兒科護理2021 P223-226 作者：陳月枝、黃靜微等
- 幼兒餵藥的方法 <https://www.cmuh.org.tw/HealthEdus/Detail?no=461>
- 嬰幼兒餵藥 <https://www.cmuh.cmu.edu.tw/HealthEdus/Detail?no=4301>