

4. Dan slovenskih lekarn  
26. september 2008

## O pravilni in varni uporabi zdravil

# Zdravila in otroci



SLOVENSKO FARMACEVTSKO DRUŠTVO  
SEKCIJA FARMACEVTOV JAVNIH LEKARN



LEKARNIŠKA ZBORNICA SLOVENIJE

- Odgovorna urednica:** mag. Nina Pisk, mag. farm.
- Avtorji prispevkov:** mag. Katja Gombač Aver, mag. farm.  
Edith Jošar, mag. farm., spec.  
mag. Nina Pisk, mag. farm.  
Andreja Turk, mag. farm.
- Recenzija:** Mihaela Tršinar, mag. farm., spec.
- Izdajatelj:** Slovensko farmacevtsko društvo  
Sekcija farmacevtov javnih lekarn  
Dunajska 184 A, SI - 1000 Ljubljana, Slovenija  
T: 01 569 26 01 (3), F: 01 569 26 02  
e-naslov: info@sfd.si, domača stran: www.sfd.si
- Lektoriranje:** Tea Konte
- Oblikovanje in ilustracije:** Irena Koren
- Tisk:** Collegium Graphicum
- Naklada:** 30.000

Četrty dan slovenskih lekarn je na podlagi javnega razpisa (Ur. l. RS 12/2, 2008 z dne 1.2. 2008) finančno podprl Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

Izdajo knjižice Zdravila in otroci so omogočili:



SLOVENSKE JAVNE LEKARNE



KEMOFARMACIJA

4. Dan slovenskih lekarn  
26. september 2008

O pravilni in varni uporabi zdravil  
**Zdravila in otroci**



O pravilni in varni uporabi zdravil

## Zdravila in otroci

kazalo

### strani za starše

- 2 ■ Uvodnik
  
- 5 ■ Razlike med otrokom in odraslim pri uporabi zdravil  
*Nina Pisk*
  
- 13 ■ Kaj morate vedeti o otrokovih zdravilih?  
*Katja Gombač Aver, Edith Jošar*
  
- 17 ■ Nevarnosti nepravilne uporabe zdravil pri otrocih  
*Andreja Turk*
  
- 21 ■ Kaj naj otrok ve o svojih zdravilih?  
*Nina Pisk*

### strani za otroke

- 24 ■ Otroci in zdravila

## Spoštovani starši, dragi otroci!

**Sodelovanje in zaupanje med starši, otroki in zdravstvenimi delavci** je ključnega pomena pri zdravljenju otrok z zdravili. Zdravstvenim delavcem in staršem je naložena **velika odgovornost** za pravilno in varno uporabo zdravil pri otrocih. Zelo pomembno je vedeti, da **otroci nikakor niso samo pomanjšani odrasli!**

V okviru aktivnosti ob Dnevih slovenskih lekarn, ki so namenjena osveščanju ljudi o pravilni in varni uporabi zdravil, smo letos lekarniški farmacevti poudarili prav **pravilno in varno uporabo zdravil pri otrocih**. Nasveti zajemajo vsa zdravila bodisi dosegljiva z zdravniškim receptom bodisi brez recepta pa tudi področje uporabe zdravilnih rastlin, vitaminsko-mineralnih pripravkov ...

Za izboljšanje kakovosti zdravljenja otrok z zdravili in zdravja otrok sploh želimo **lekarniški farmacevti spodbuditi sodelovanje med starši, otroki in zdravstvenimi delavci ter pri tem poudariti vlogo lekarne in lekarniškega farmacevta**. Vsa vprašanja in dvome, povezane z uporabo zdravila, je namreč treba razjasniti, preden začne otrok uporabljati zdravilo oziroma se v primeru težav posvetovati z zdravnikom ali farmacevtom.

V knjižici v posameznih poglavjih predstavljamo, **na kaj moramo biti še posebno pozorni pri varni in pravilni uporabi zdravil pri otrocih**.

Prvi del knjižice **namenjamo staršem**. V tem delu opisujemo razlike v telesni sestavi ter razvitosti in delovanju organov od rojstva do 12. leta otrokove starosti, ki pomembno vplivajo na uporabo zdravil. Opozarjamo na informacije, ki jih morajo starši poznati za pravilno uporabo zdravila, nevarnosti nepravilne uporabe zdravil pri otrocih, ukrepe, s katerimi lahko starši zagotovijo pravilno in varno uporabo zdravila, in pomen komunikacije z zdravnikom ali farmacevtom v lekarni v primeru nejasnosti. Spodbujamo čim bolj preprosto in pošteno komunikacijo med starši in otroki o zdravilih, saj tako pripomoremo k boljšim izidom zdravljenja in hkrati otroke učimo veččin pravilne in varne uporabe zdravil. Pri vsakem poglavju navajamo značilne primere pravilne in nepravilne uporabe zdravil.

Zadnji del knjižice je **namenjen otrokom**. Želimo jim sporočiti, kaj so zdravila in kaj naj, predvsem starejši otroci, vedo o svojih zdravilih. Pomembno je, da otroci vedo, da lahko o zdravilih vedno vprašajo starše ali drugo odraslo osebo, zdravnika ali farmacevta. Pripravili smo jim tudi posebno igro, saj se otroci najlažje učijo prav z igro.

Vsa najpomembnejša sporočila pri posameznih poglavjih smo navedli v rubriki **Pomembno je vedeti**, na tem mestu pa navajamo glavna opozorila:

- Dobra informiranost o zdravilu in otroku pomembno vpliva na pravilno in varno uporabo zdravila pri otroku.
- Pri uporabi zdravil pri otrocih moramo biti odločni, potrpežljivi in vztrajni.
- Starši morajo upoštevati navodila zdravnika in farmacevta o odmerku zdravila, časovnem razmiku med posameznima odmerkoma in navodilo za pravilno uporabo zdravila.
- V primeru kakršnih koli vprašanj o zdravilih, se morajo starši obrniti na zdravnika ali farmacevta.
- Otroci morajo vedeti, da nikoli ne smejo uporabljati zdravil, če jim jih ne dajo starši, zdravstveni delavec (zdravnik, farmacevt, medicinska sestra) ali druga znana odrasla oseba.
- Zdravil nikoli ne poimenujemo z besedami, kot so bonbonček, sladkorček ...
- Zdravila shranjujemo zunaj dosega otrok.

Želimo si, da bi informacije v knjižici, ki jo je ob 4. Dnevu slovenskih lekarn izdala Sekcija farmacevtov javnih lekarn pri Slovenskem farmacevtskem društvu, pripomogle k pravilni in varni uporabi zdravil pri otrocih ter vedenju, da so zdravniki in farmacevti pomemben vir informacij o zdravilih za starše in otroke.

Magistre farmacije, avtorice prispevkov ob 4. Dnevu slovenskih lekarn (po abecednem zaporedju priimkov):

Katja Gombač Aver  
Edith Jošar  
Nina Pisk  
Andreja Turk

Zdravila in otroci

## Razlike med otrokom in odraslim pri uporabi zdravil



# Razlike med otrokom in odraslim pri uporabi zdravil

Pri pravilni in varni uporabi zdravil pri otrocih moramo upoštevati, da otrokova rast in razvoj prinašata številne spremembe v telesni sestavi ter razvitosti in delovanju organov. Otrok je oseba od rojstva do 12 leta.

Ta čas je po mednarodnih merilih razdeljen na več starostnih obdobj:

- prezgodaj rojeni otrok (nedonošenček),
- novorojenček od 0 do 1 meseca,
- dojenček od 1 meseca do 24 meseca,
- otrok od 2. do 12. leta.

V različnih starostnih obdobjih se pomembno razlikujejo telesna masa, telesna sestava, razporeditev in količina telesnega maščevja, beljakovin in vode v telesu ter razvitost in delovanje organov, zlasti ledvic in jeter. Zato se uporaba, predvsem pa odmerjanje zdravil pri različni starosti otroka zelo razlikujeta.



## Ali veste?

- Da je delež vode v telesu pri nedonošenčku 85 %, pri novorojenčku 80 %, pri petmesečnem otroku pade na 60 %, pri odraslem pa znaša 55 %.
- Da se delež telesnega maščevja navadno podvoji pri štirih do petih mesecih.
- Da se med razvojem in večjo fizično aktivnostjo pri dveh letih poveča mišična masa in zmanjša delež maščob.
- Da je površina kože pri novorojenčku, dojenčku in mlajšem otroku v primerjavi s telesno maso veliko večja kot pri starejšem otroku ali mladostniku.



Za delovanje zdravil so med drugim zelo pomembne razlike v delovanju prebavil, dozorelosti mehanizmov presnavljanja in izločanja zdravil skozi ledvice in jetra in dozorelosti krvno-možganske pregrade. Preračunavanje odmerkov zdravil za otroke v posameznih starostnih obdobjih je zelo zahtevno, saj mora pediater upoštevati vse značilnosti v razvoju otroka. Obstajajo različne formule za izračun odmerkov glede na starost, telesno maso in telesno površino. Odkrili so, da je najbolj natančno odmerjanje glede na telesno površino, ker je ta v sorazmerju s presnovo zdravil. Telesna površina se določi iz telesne mase in višine otroka s pomočjo posebnih tabel.



### Primeri:

- *Ob otrokovem rojstvu jetrni encimski sistemi za razgradnjo in ledvični mehanizmi za izločanje učinkovin še niso popolnoma razviti, zato se zdravila ne razgradijo in izločijo tako hitro kot pri odraslih in je treba odmerke zdravil sorazmerno zmanjšati.*
- *Glavna pot presnove zdravila je lahko pri novorojenčku drugačna kot pri otroku in odrasli osebi.*
- *Pri starejših otrocih so jetra v primerjavi s telesom sorazmerno velika in je treba za nekatera zdravila uporabljati sorazmerno večje odmerke glede na starost.*
- *Med prvim in drugim letom se delovanje ledvic poveča, zato so včasih potrebni sorazmerno večji odmerki nekaterih zdravil glede na starost otroka.*
- *Krvno-možganska pregrada pri novorojenčku ni dozorela, zato lahko nekatera zdravila bolj prodirajo v možgane in povzročajo več neželenih učinkov.*



### Pomembno je vedeti!

- ! Otroci nikakor niso samo pomanjšani odrasli!

---

- ! Otrokom ne moremo predpisati vseh zdravil kot odraslim!

---

- ! Pri odmerjanju zdravil upoštevamo otrokovo starost in njegovo telesno maso, včasih pa tudi telesno površino!

---

- ! Otrokom ne moremo preprosto dati manjšega odmerka zdravila za odrasle!

## Za izboljšanje zdravja in kakovosti zdravljenja otrok je Evropska unija sprejela številne ukrepe

V Evropski uniji je januarja 2007 začela veljati Uredba o pediatričnih zdravilih (Regulation (EC) No 1901/2006 of the European Parliament and of the Council on medicinal products for pediatric use, amended by Regulation (EC) No 1902/2006), ki jo je pripravila Evropska agencija za zdravila (EMA). Za uvedbo ukrepov so se odločili na podlagi ocene iz leta 2006, da več kot petdeset odstotkov zdravil, ki se uporabljajo za zdravljenje otrok, ni bilo preizkušenih in odobrenih za uporabo pri otrocih.

Cilji ukrepov uredbe so:

- povečati obseg razvoja in dostopnosti zdravil za otroke;
- zagotoviti, da so zdravila, ki se uporabljajo za zdravljenje otrok, predmet visokokakovostnih, etičnih in odobrenih raziskav;
- zagotoviti, da imajo zdravila, ki se uporabljajo za zdravljenje otrok, ustrezno dovoljenje za uporabo pri otrocih;
- izboljšati razpoložljive informacije o uporabi zdravil pri otrocih.

Te cilje želijo doseči brez:

- nepotrebnih kliničnih raziskav na otrocih,
- zadrževanja pridobitev dovoljenj za uporabo zdravil za odrasle.

Za postopek preverjanja oziroma ocenjevanja in izdajanja mnenj o ustreznosti zdravila za otroke je bil ustanovljen tudi Pediatrični odbor pri Evropski agenciji za zdravila s sedežem v Londonu.

### Viri:

1. [http://ec.europa.eu/enterprise/pharmaceuticals/pediatrics/docs/draft\\_guideline\\_pip\\_2007-02.pdf](http://ec.europa.eu/enterprise/pharmaceuticals/pediatrics/docs/draft_guideline_pip_2007-02.pdf), dostopno februar 2008.
2. Promotion safety of medicines for children, [www.who.int/medicines/publications/essentialmedicines/promotion\\_safe\\_med\\_childrens.pdf](http://www.who.int/medicines/publications/essentialmedicines/promotion_safe_med_childrens.pdf), dostopno februar 2008.
3. Takemoto Carol K. et al.: Pediatric Dosage Handbook. 11<sup>th</sup> ed., Lexi-Comp, 2004: 4-26.
4. Bhagat Kiran et al.: Družinska enciklopedija zdravil. DZS, 1996: 20.
5. [www.emea.europa.eu](http://www.emea.europa.eu), Medicines for children, dostopno april 2008.

Zdravila in otroci

## Kaj morate vedeti o otrokovih zdravilih



# Kaj morate vedeti o otrokovih zdravilih?



1. Kako se imenuje zdravilo?
2. Za kakšen namen uporabljamo zdravilo?
3. Kako odmerjati zdravilo?
4. Kako uporabljati zdravilo?
5. Na kaj moramo biti še posebno pozorni pri uporabi zdravila?
6. Kateri so mogoči neželeni učinki in kako ukrepati, če nastopijo?
7. Kako shranjevati zdravilo?

Med uporabo zdravil pri otroku je zdravstvenim delavcem in staršem naložena velika odgovornost. **Zaupanje med starši in zdravstvenimi delavci je ključnega pomena pri zdravljenju.**

Starši morate izvajati ali nadzirati terapijo pri svojem otroku po predpisani shemi, v predpisanem odmerku in ob predpisanem času. **Glavne informacije za pravilno in varno uporabo zdravila vam bosta dala zdravnik in farmacevt.** Priporočljivo je, da **pri vseh zdravilih natančno preberete tudi priloženo navodilo za uporabo.** V navodilu boste lahko dobili podatke o vsebnosti zdravila, namenih uporabe, načinu jemanja in odmerjanja zdravila glede na starost ali težo otroka, neželenih učinkih, pomožnih snoveh v zdravilu, sočasnem jemanju z drugimi zdravili, ukrepih pri prekoračitvi odmerkov, navodilih za shranjevanje zdravila itd.

Danes je veliko **drugih virov**, iz katerih lahko črpite podatke o zdravilih za otroke. Čedalje pogosteje se uporablja internetne vire za dostop do podatkov in tudi različne »klepetalnice«, kjer si starši izmenjujete nasvete. Ni nujno, da so vsi navedeni podatki in nasveti verodostojni in pravilni, zato vedno, kadar dvomite, vprašajte zdravnika ali farmacevta.

**! Pomembno je vedeti!**

- ! Vsa vprašanja in dvome, povezane z uporabo zdravil, je treba vedno razjasniti, preden začnete zdravilo dajati otroku.

---

- ! O zdravilu vprašajte zdravnika, ki ga je predpisal, ali farmacevta, ki vam ga izda v lekarni.

---

- ! Zapišite si telefonsko številko ambulante zdravnika vašega otroka in telefonsko številko lekarne, kamor navadno hodite po zdravila.

---

- ! Preden začne otrok uporabljati zdravilo, je pomembno, da zdravniku in farmacevtu poveste:
  - starost in težo vašega otroka,
  - alergije in preobčutljivosti, ki jih mogoče ima vaš otrok,
  - vsa zdravila na recept in brez recepta, ki jih vaš otrok prejema redno ali po potrebi,
  - vsa zdravila naravnega izvora in prehranska dopolnila (npr. zdravilni čaji, vitaminsko-mineralni dodatki), ki jih otrok jemlje.

**1. Kako se imenuje zdravilo?**

Vsako zdravilo ima svoje zaščiteno ime. Poleg tega imena so vedno še imena in količine ene ali več zdravilnih učinkovin, ki so v zdravilu. Učinkovina je tista snov, ki je odgovorna za delovanje zdravila. Velikokrat vsebujejo zdravila različnih proizvajalcev enako učinkovino z enako ali različno jakostjo delovanja. Obstajajo pa tudi v različnih farmacevtskih oblikah. Če ne veste, kaj zdravilo vsebuje, lahko podvajate zdravljenje, in tako nastanejo resni neželeni učinki.

**! Pomembno je vedeti!**

- ! Nikoli sočasno ne dajate otroku dveh zdravil z enako učinkovino!

**Primer:**

- Učinkovina paracetamol, ki se uporablja za zniževanje povišane telesne temperature, je v zdravilih z različnimi zaščitnimi imeni: Lekadol, Panadol, Calpol, Calpol 6+, Daleron, Paracetamol svečke z različno jakostjo delovanja (500 mg, 250 mg, 120 mg, 60mg) in v različnih farmacevtskih oblikah (tablete, prašek za peroralno suspenzijo, sirup, svečke).

## 2. Za kakšen namen uporabljamo zdravilo?

Zdravnik, ki predpiše zdravilo, in farmacevt, ki izda zdravilo ter označi način uporabe, vam razložita, zakaj je otrok zdravilo dobil in kako mu bo pomagalo. Če boste vedeli, kako bo zdravilo pomagalo premagati bolezen, se boste lažje bolj zavzeto ravnali po napotkih. V priloženem navodilu za uporabo zdravila boste lahko našli več namenov uporabe ali celo, da se zdravilo pri otrocih ne uporablja. Če o tem mogoče niste bili seznanjeni in vas skrbi, pokličite zdravnika, ki vam bo pojasnil svojo odločitev.

### Pomembno je vedeti!

! Poznavanje namena uporabe zdravila zmanjša možnost zamenjave in napačne uporabe zdravila.

! Če imate več otrok in otroci uporabljajo različna zdravila, na ovojnino zdravila napišite ime otroka in za kaj otrok zdravilo uporablja.

### Primer:

- Zdravilo, ki vsebuje paracetamol, se uporablja za zniževanje telesne temperature in proti bolečinam. Če se bodo poleg povišane temperature pojavile tudi bolečine, boste vedeli, da vam verjetno ne bo treba dodati še drugega zdravila, ki ste ga pred tem mogoče dobili proti bolečinam.

## 3. Kako odmerjati zdravilo?

Zdravilo bo učinkovito le, če ga boste dajali otroku:

- v pravilnem odmerku,
- ustreznem časovnem intervalu,
- dovolj dolgo.

Za posamezno zdravilo, ki ga predpiše zdravnik na recept, je pravilen tisti odmerek zdravila, ki ga na podlagi starosti otroka in njegove telesne mase ali telesne površine določi zdravnik. V lekarni ob izdaji zdravila na recept odmerek preveri še farmacevt in ga zapiše na zdravilo. V primeru samozdravljenja (uporabe zdravil brez recepta) preverite odmerjanje v navodilu za uporabo zdravila oziroma povprašajte farmacevta v lekarni.

Prav tako tudi pogostost odmerjanja in trajanje zdravljenja pri zdravilih na recept določi zdravnik. Če zdravilo dajemo pogosteje, lahko presežemo največji dovoljeni dnevni odmerek, kar vodi v možnost zastrupitve.

Če **otroku pozabite dati odmerek** ob določenem času, mu ga dajte takoj, ko je to mogoče. Če je že skoraj čas za naslednji odmerek, pozabljeni odmerek izpustite in ob predpisanem času dajte otroku samo naslednjega.

Če je **otrok dobil večji odmerek od predpisanega**, se takoj posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom, čeprav se otrok takrat počuti dobro. **Znaki zastrupitve se lahko pojavijo šele čez nekaj dni.**

Velikokrat ste starši prepričani, da mora otrok jemati zdravilo le toliko časa, dokler se ne počuti bolje. Vendar včasih znaki bolezni minejo preden je povzročitelj bolezni premagan, zato ne prekinite zdravljenja prej, kot je naročil oziroma svetoval zdravnik. Če se zdravljenje z antibiotiki prekine prezgodaj, je mogoče, da so bakterije, ki so povzročile okužbo, še prisotne, in se okužba lahko ponovi.

### Pomembno je vedeti!

**! Odmerka zdravila ne smete spreminjati ali sami prekiniti jemanja zdravila, preden o tem ne obvestite zdravnika.**

**! Otrok ne sme vzeti dvojnega odmerka zdravila, če ste mu pozabili dati prejšnjega.**



### Primeri:

- Če zdravnik predpiše, da mora otrok **jemati zdravilo trikrat na dan**, pomeni to *zjutraj – ko se zbudi, opoldne – okrog kosila in zvečer – preden gre otrok spat, približno na tretjino dneva.*
- Če pa zdravnik predpiše, da je treba **dajati zdravilo na 8 ur**, to pomeni natančno na 8 ur in ne sme biti zamikov za več kot eno uro. V tem primeru moramo otroka zbuditi in mu zdravilo dajati točno ob določeni uri. Čas (uro) odmerjanja zdravila si najlažje določite tako, da se jutranji odmerek zdravila ujema s časom, ko se otrok zbudi, nato pa preostale odmerke temu prilagodite.
- Če otrok obiskuje vrtec ali hodi v šolo, na to opozorite zdravnika, saj v vzgojno-varstvenih ustanovah otrokom ne dajejo zdravil. Če bo le mogoče, bo zdravnik predpisal zdravilo, ki bo čim bolj ustrezalo otrokovemu dnevnemu ritmu, še posebno če gre za dolgotrajno terapijo.

## 4. Kako uporabiti zdravilo?

Pomembno je, da otrok predpisano zdravilo res zaužije. Pri dojenčkih in pri večjih otrocih po navadi ni težav. Pri majhnih otrocih moramo včasih uporabiti kakšno zvijačo. Z zdravnikom se pogovorite, katera farmacevtska oblika je za vašega otroka najbolj sprejemljiva. Najprimernejša so zdravila v obliki kapljic, sirupov ali svečk. Velikokrat ni zdravil v obliki, primerni za otroke. V takih primerih je treba tablete razdrobiti ali iz kapsul stresti vsebino. Pred takim načinom uporabe se posvetujte s farmacevtom v lekarni, ali to kakor koli vpliva na učinek zdravila. Velikokrat v lekarni po navodilu zdravnika izdelamo praške za otroke.

Otroci morajo pogostokrat uporabljati inhalacijska zdravila. Natančna navodila o uporabi teh zdravil in dodatnih ukrepih dobijo pri zdravniku ali farmacevtu v lekarni. Otroci, ki ta zdravila stalno potrebujejo, dobijo pripomočke, t.i. inhalacijske bučke. Z njihovo uporabo jih najprej seznanjajo medicinska sestra, zatem pa še farmacevt v lekarni.

### Pomembno je vedeti!

- ! Pri uporabi zdravila pri otrocih bodite odločni, potrpežljivi in vztrajni.

---

- ! Za odmerjanje zdravil ne uporabljajte jedilnih žlic, ker s tem odmerjanje ni dovolj natančno.

---

- ! Antibiotične sirupe morate pred vsako uporabo dobro pretresti, da se delci enakomerno razporedijo in je v vsakem odmerku ustrezna količina učinkovine.

### Primeri:

- Za natančno odmerjanje zdravil v obliki tekočih farmacevtskih oblik, so priložene merilne žličke, kapalke, lončki. Če želi otrok vseeno pojesti zdravilo s svojo žličko, vsebino prelijte iz merilne žličke v njegovo priljubljeno.
- Če se otrok upira, ga vzemite v naročje, potolažite, objemite čez roke in mu čim hitreje dajte zdravilo v usta.
- Zelo primerno je dajanje zdravil s kapalko ali brizgo, in sicer mu stisnete zdravilo v stranski ustni kot pod ličnico.

## 5. Na kaj moramo biti še posebno pozorni pri uporabi zdravila?

Zdravila dajemo po navadi z vodo in upoštevamo navodila glede jemanja s hrano ali brez nje. Hrana navadno prestavi čas, ko začne zdravilo delovati, učinek zdravila pa lahko zmanjša ali poveča. Kadar otrok noče jemati zdravila samega, največkrat zaradi okusa, ga lahko zmešamo z manjšo količino tekočine ali hrane (najbolje čaja) in ga nato prepričamo, da to zaužije. Paziti moramo, da res zaužije vso tekočino ali hrano, saj le tako dobi odmerjeno zdravilo. Posvetujte se s farmacevtom, če hrana lahko vpliva na učinkovitost zdravila.

### Pomembno je vedeti!

- ! Če proizvajalec ne določi drugače, pomeni:
  - Jemanje zdravila na tešče – jutraj eno uro pred zajtrkom.
  - Jemanje zdravila na prazen želodec – eno uro pred jedjo ali dve uri po jedi.
  - Jemanje zdravila s hrano – tik pred jedjo, med jedjo ali po jedi.
- ! Mleka in mlečnih izdelkov z zdravili ne dajemo. Kalcij v mleku se lahko veže na zdravilne učinkovine in zmanjša njihovo prehajanje iz črevesja v kri, na primer nekateri antibiotiki, železo, natrijev fluorid itd.



## 6. Kateri so mogoči neželeni učinki in kako ukrepati, če nastopijo?

Pri otrocih se večinoma uporabljajo zdravila, ki so dolgo na trgu in so že dobro preizkušena. Kot vsa zdravila imajo lahko tudi ta neželene učinke, vendar se ob jemanju priporočenih odmerkov pojavijo redko in v blagi obliki. Predvsem ob prvem dajanju določenega zdravila otroka skrbno opazujte, kako se odziva. Spremljajte vse dodatne znake, ki se pojavijo, in spodbujajte otroka, da vam tudi sam pove, če je v tem času pri sebi opazil kakšno posebnost, ki bi bila lahko povezana z neželenimi učinki. Če neželeni učinki niso resni, so le blagi in skorajda nemoteči za otroka, nadaljujte redno dajanje zdravila do konca. Najpogosteje se kot neželeni učinki pojavijo slabost, prebavne motnje in preobčutljivostne kožne reakcije (izpuščaji, koprivnica, srbečica).

### Pomembno je vedeti!

- !** Če kateri koli neželeni učinek postane resen, takoj prenehajte dajanje zdravila in o tem nemudoma obvestite zdravnika oziroma v primeru, da se neželeni učinek stopnjuje in zdravnika ne dobite, pokličite v najbližjo bolnišnico.

---

- !** Če pri otroku opazite neželeni učinek, ki ni naveden v navodilu za uporabo zdravila, o tem obvestite otrokovega zdravnika ali farmacevta.

---

- !** Če je otrok preobčutljiv na določeno zdravilo, si morate to dobro zapomniti in o tem opozoriti zdravnika in farmacevta.

### Primeri:

- Otrokom se pogosto predpisujejo penicilini in preostali antibiotiki. Ti lahko poleg vseh svojih koristnih lastnosti izzovejo tudi neželene učinke. Ker antibiotiki uničijo koristne bakterije, ki so sestavni del zdrave črevesne flore, se lahko pojavijo hude prebavne motnje z bolečinami v trebuhu in drisko. Med dolgotrajnim jemanjem se lahko zaradi pomanjkanja simbiotskih bakterij bolj razvijejo glivice, predvsem po ustih in na vaginalni sluznici. Zato je med zdravljenjem z antibiotiki priporočljivo, da otrok zaužije pripravke s probiotiki (mlečnokislinskimi bakterijami).
- Redko so določene osebe preobčutljive na posamezno zdravilo ali skupino zdravil s podobnim delovanjem. V tem primeru se med jemanjem takega zdravila pojavi zelo resna alergijska reakcija s slabostjo, otekanjem, oteženim dihanjem, ki lahko povzroči omedlevico in anafilaktični šok. Če se to zgodi, je potrebna nujna zdravniška pomoč. Zdravnik si v svoj izvid zapiše, da je otrok alergičen na to zdravilo.

## 7. Kako shranjevati zdravilo?

Za vsako zdravilo je natančno predpisano, pod kakšnimi pogoji ga je treba shranjevati, da se ohrani njegova učinkovitost. Večina zdravil se shranjuje pri sobni temperaturi do 25 °C, v suhem in temnem prostoru. Nekatera zdravila so občutljiva za temperaturo in jih je treba hraniti v hladilniku pri temperaturi od 2 do 8 °C oziroma od 8 do 15 °C. Vedno naj bodo zdravila do konca uporabe dobro zaprta shranjena v originalni embalaži, na suhem in v temnem prostoru.

Zdravila po končani uporabi ne smete zavreči v odpadne vode ali med gospodinjske odpadke. Zdravilo, ki ga ne potrebujete več, lahko odnesete na deponijo za nevarne odpadke ali se o načinu in odstranjevanju posvetujete s farmacevtom. Takšni ukrepi pomagajo varovati okolje.

### Pomembno je vedeti!

**! Zdravila shranjujte nedosegljiva otrokom!**

**! Kopalnica vsekakor ni primeren kraj za shranjevanje zdravil zaradi vlage.**

**! Zdravilo je predpisano za točno določeno osebo in natančno določene bolezenske znake, zato ne uporabljajte zdravil, ki so vam ostala od prejšnjih zdravljenj oziroma od zdravljenj drugih otrok ali še slabše sosedovih otrok.**

### Primeri:

- Velikokrat se sprašujete, kako dolgo lahko uporabljate zdravilo, ko je enkrat odprto. Ta podatek je včasih naveden v priloženem navodilu.
- Če opazite, da se odprto zdravilo razlikuje v splošnem videzu, barvi, konsistenci, po vonju ali okusu, ga ne smete več uporabljati.
- V splošnem velja, če ni drugače navedeno, da so kapljice za oko največkrat uporabne en mesec, tekoče farmacevtske oblike za uporabo skozi usta (sirupi, kapljice ...) pa so uporabne še 3 mesece po odprtju originalne embalaže. Magistralno izdelana mazila so uporabna še mesec dni po izdelavi v lekarni.

### Viri:

1. <http://kidshealth.org/parent/general/>, dostopno 18.4.2008.
2. <http://www.fda.gov/medsinmyhome>, dostopno 18.4.2008.
3. <http://zdravila.net>, SmPC za zdravilo Lekadol sirup, dostopno 18.4.2008.
4. <http://zdravila.net>, SmPC za zdravilo Amoksiklav sirup, dostopno 18.4.2008.
5. <http://zdravila.net>, SmPC za zdravilo Hiconcil sirup, dostopno 18.4.2008.
6. <http://zdravila.net>, SmPC za zdravilo Clarosip, dostopno 18.4.2008.
7. [www.city-apotheken.de/35.htm](http://www.city-apotheken.de/35.htm), dostopno april 2008.
8. Nees-Delaval B. Če otrok zboli. DZS, 2000: 23–26.
9. [www.childrensmemorial.org/cme/online](http://www.childrensmemorial.org/cme/online), dostopno april 2008.
10. [www.mhamd.org/kids/medication.html](http://www.mhamd.org/kids/medication.html), dostopno april 2008.
11. [www.medizininfo.de/arsneimittel/pharmakokinetik/ernaehrung.shtml](http://www.medizininfo.de/arsneimittel/pharmakokinetik/ernaehrung.shtml), dostopno april 2008.

Zdravila in otroci

# Nevarnosti nepravilne uporabe zdravil pri otrocih

strani za starše



# Nevarnosti nepravilne uporabe zdravil pri otrocih

## Nevarnosti samozdravljenja pri otrocih

Za uporabo zdravil brez recepta oziroma samozdravljenje se odločimo **samo pri lažjih bolezenskih težavah**, kot so povišana telesna temperatura, bolečina, kašelj, zamašen nos, lažje prebavne težave.

Za uporabo zdravil brez recepta, se lahko pri otrocih odločite le, če:

- očitno prepoznate znake ali simptome, ki jih želite zdraviti,
- ugotovite, da je zdravstveno stanje primerno za samozdravljenje,
- znate izbrati primerno zdravilo in se ravnati po priloženih navodilih za uporabo.

### Pomembno je vedeti!

**! Otrokom, mlajšim od dveh let, ne dajajte zdravil, dosegljivih brez recepta, razen po predhodnem posvetu z zdravnikom ali farmacevtom.**

**! Če težave kljub samozdravljenju v nekaj dneh ne minejo, morate obiskati zdravnika.**

**! Pred vsako uporabo se prepričajte, da je zdravilo varno in primerno za vašega otroka, in povprašajte za nasvet farmacevta v lekarni.**

### Primer:

- *Ena izmed takšnih potencialno nevarnih učinkovin za otroke, ki je v široki uporabi že več kot 100 let, je tudi acetilsalicilna kislina (Aspirin®). Uporablja se za zdravljenje vnetij, povišane telesne temperature, za lajšanje bolečin in preprečevanje nastajanja krvnih strdkov. Acetilsalicilno kislino vsebujejo številni pripravki proti bolečinam, prehladu, glavobolom. Pri otrocih pa lahko povzroči tudi znake, ki jih opisujemo z izrazom Reyev sindrom. To je sicer redko, a zelo nevarno obolenje, ki povzroča resne okvare jeter in možganov. Čeprav je Reyev sindrom redek, je lahko tudi smrten. Dajanje acetilsalicilne kisline otrokom, mlajšim od 12 let, se zato odsvetuje.*

## Kaj pa uporaba zdravilnih pripravkov rastlinskega izvora (zdravilni čaji, izvlečki iz zdravilnih rastlin) pri otrocih?

Med ljudmi je razširjeno mnenje, da so vsi zdravilni pripravki naravnega izvora blažji, in zato manj škodljivi kot preostala zdravila. V resnici pa so lahko ob nepravilni uporabi prav tako nevarni kot zdravila sinteznega izvora.

Zdravilne rastline in pripravki iz njih lahko povzročajo različne neželene učinke. Najpogosteje so to alergije, zastrupitve zaradi prevelikega odmerka ali predolgotrajne uporabe in zastrupitve s strupeno rastlino, ki je po pomoti primešana v zeliščni pripravek.

V zadnjem času intenzivneje raziskujejo tudi naravne zdravilne učinkovine. Tako so poleg dobrih lastnosti odkrili tudi določene nevarnosti kot na primer, da uživanje zdravil iz žajblja lahko škoduje plodu, da pripravki, ki vsebujejo mentol in kafro lahko povzročijo zastoj dihanja pri otrocih. Prav tako ni priporočljiva uporaba odvajalnega čaja iz sene pri otrocih, mlajših od 12 let, kamilice pa pri težavah z alergijami, saj lahko povzroči alergične reakcije ali poslabša njene znake.

Glede na zadnja evropska priporočila o primernosti uporabe zdravilnih pripravkov rastlinskega izvora pri otrocih velja, da tudi nekatere zdravilne rastline in pripravki iz njih, ki jih tradicionalno uporabljamo že vrsto let tudi pri otrocih, niso primerni za uporabo v vseh starostnih obdobjih. Zato je pomembno, da se pred vsako uporabo zdravilnih pripravkov rastlinskega izvora posvetujete z zdravnikom ali farmacevtom.

## Kako lahko škodujejo vitaminsko-mineralni pripravki?

Vitaminsko-mineralni pripravki so namenjeni preprečevanju in nadomeščanju splošnega pomanjkanja vitaminov, ki nastane zaradi različnih vzrokov – bodisi zaradi povečane porabe bodisi zaradi zmanjšane vnosa v organizem. Vitaminsko-mineralne dodatke je smiselno uživati le občasno, med okužbami, v obdobju rasti, med večjimi napori ali drugimi obremenitvami. **Vedno pa le en sam izdelek v okviru priporočenega dnevnega odmerka.**

Priporočeni dnevni odmerek (RDA – Recommended Dietary Allowance) je povprečna količina posameznega vitamina ali minerala, ki zadostuje dnevnim potrebam zdravih oseb v določenem življenjskem obdobju. Priporočeni dnevni odmerki za otroke in odrasle se torej razlikujejo. Zato je zelo pomembno, da otroci uživajo pripravke za otroke, saj so ti prilagojeni njihovim dnevnim potrebam.

Uživanje vitaminov in mineralov v priporočenih odmerkih velja za varno, medtem ko so visoki odmerki nekaterih mineralov ter vitaminov, ki jih jemljemo daljši čas, lahko nevarni za zdravje.



### Primer:

- **Dolgotrajno uživanje čezmerne količine** vitaminov, topnih v maščobah (vitamini A, D, E in K,) vodi v kopičenje teh v organizmu, kar lahko povzroči vrsto škodljivih učinkov. Pri mineralih je zelo nevarna zastrupitev z železom, ki lahko povzroči poškodbo sluznice prebavil, zaužitje velikih količin pripravkov z železom naenkrat pa je lahko smrtno nevarno.

### Pomembno je vedeti!

- ! Pred vsako uporabo zdravilnih pripravkov in zdravil rastlinskega izvora se moramo posvetovati z zdravnikom ali farmacevtom.

---

- ! Uporaba mazil, ki vsebujejo mentol in kafro, ni priporočljiva pri dojenčkih in majhnih otrocih.

---

- ! Vitaminsko-mineralne dodatke dajajte otroku samo v odmerkih, priporočenih zanje.

## Zastrupitve z zdravili pri otrocih

### Ali veste?

- Da so ravno zdravila najpogostejši vzrok vseh namernih in nenamernih zastrupitev pri otrocih.
- Da je v Sloveniji približno 50 % zastrupitev pri predšolskih otrocih povzročenih ravno z zdravili.
- Da ta zdravila najpogosteje vsebujejo acetilsalicilno kislino, paracetamol ali vitamine.
- Da velikokrat otroci zaradi videza in okusa zdravila zamenjajo s sladkarijami.

Na zastrupitev z zdravili pomislimo, kadar se pri sicer zdravem otroku nenadoma pojavijo znamenja, kot so motnje zavesti, krči, šok, slabost, bruhanje, mravljinčenje, neredno utripanje srca. Vedeti moramo, da so vsa zdravila lahko zelo nevarna za otroka, še posebno tista z vplivi na osrednji živčni sistem in na srčno mišico, zdravila za zdravljenje sladkorne bolezni, hormonska zdravila in zdravila, ki vsebujejo železo. Že ena sama tableta je včasih lahko dovolj, da se otrok zastrupi ali celo umre.

### Kateri so ukrepi za preprečevanje zastrupitev?

#### 1. Varno shranjevanje zdravil

Otroci, še posebno mlajši od štirih let, lahko dosežejo stvari na mizi, brskajo po torbicah in predalnikih, torej tam, kjer pogosto shranjujemo zdravila. Zaradi radovednosti in procesa odkrivanja sveta v usta radi dajejo tudi neznane stvari, zato moramo biti pri shranjevanju zdravil še posebno previdni. **Vsa zdravila moramo shranjevati zunaj dosega njihovih rok in oči.** Niti zdravila, ki ga otrok sicer jemlje, ne puščamo v dosegu njegovih rok.

Najbolj primerne so omare ali predali, ki jih lahko zaklenemo.

**! Pomembno je vedeti!**

- ! Vsa zdravila shranjujte zunaj dosega otrok.**

---

- ! Če sklepate, da se je otrok zastrupil, poiščite medicinsko pomoč.**

---

- ! Zastrupitev zahteva nujno ali manj nujno pomoč, vsekakor pa zahteva medicinsko pomoč.**

## 2. Vsebniki z za otroke varno zaporko

Nekatera zdravila so napolnjena v tako imenovane vsebnike z za otroke varno zaporko. Gre za ovojnino, ki temelji na posebnem načinu odpiranja, po navadi dvofaznem, ki otrokom predstavlja težavo pri odpiranju. Za tovrstno odpiranje je potrebna določena stopnja moči oziroma ročnih spretnosti.

** Ali ste vedeli?**

- Da najmanj 85 % otrok tovrstne ovojnine ne sme odpreti.
- Odpreti pa jo mora najmanj 90 % odraslih oseb.

## 3. Pravilna predstavitev zdravila otroku

Otroku nikdar ne prikrivajmo, kaj mu dajemo, in se ne pretvarjamo, da so tablete bonboni, tekoča zdravila pa navadne pijače. Starši prepogosto tako poimenujejo zdravila, misleč, da jih bo otrok vzel le pod pretvezo. Posledica tega je lahko, da otrok zaužije večje količine zdravil, ko bo naletel na njih, saj se bo še predobro spomnil, kako smo jih nazadnje poimenovali. Ker otroci radi posnemajo naše vedenje, je najbolje, da svoja zdravila jemljete v njihovi odsotnosti.

**! Pomembno je vedeti!**

- ! Zdravil nikoli ne poimenujte z besedami, kot so bonbonček, sladkorček ipd.**

## 4. Upoštevanje navodil za pravilno odmerjanje zdravil

»Vse je strup in nič ni neškodljivo, samo odmerek loči zdravilo od strupa.«  
(Paracelsus)

Zdravila vedno odmerjamo natančno in za sirupe oziroma druga zdravila v obliki raztopin vedno uporabljamo merilno žličko ali priloženo kapalko. Pri tem moramo biti pozorni tudi na razliko med izrazoma žlička – žlica, saj gre za dva zelo različna odmerka. Razlika med žlico (15 ml) in žličko (5 ml) je namreč velika.

**Primer:**

- Za zniževanje telesne temperature in kot sredstvo za lajšanje bolečin pogosto uporabljamo paracetamol (Calpol®, Daleron®, Lekadol®, Panadol®). Če ga jemljemo pravilno, je to ena izmed bolj varnih učinkovin. Neželeni učinki pa lahko nastanejo, če otrok zaužije prevelik odmerek naenkrat ali v večkratnih, ponavljajočih se odmerkih. Istočasna uporaba različnih farmacevtskih oblik s paracetamolom (npr. pri otroku uporabimo svečko in hkrati še sirup s paracetamolom) je lahko nevarna. Tako nastajajo večje količine tudi enega izmed njegovih toksičnih presnovkov, ki lahko poškoduje jetrne celice. Zato je pomembno, da predpisanega odmerka ne presežemo in da je presledek med posameznimi priporočenimi odmerki najmanj štiri ure. Pri posameznih odmerkih se lahko odločite za uporabo različnih farmacevtskih oblik (npr. enkrat sirup, drugič svečka).

**Pomembno je vedeti!**

- ! Vedno uporabite pravo zdravilo in ustrezen odmerek.
- ! Ne pozabite, da zdravila obstajajo v različnih jakostih in različnih farmacevtskih oblikah.
- ! Za odmerjanje morate uporabiti odmernike (merilno žličko, kapalko ...), ki so priložena zdravilu.

**Viri:**

1. [http://www.chpa-info.org/NR/rdonlyres/874A3631-B220-4A6A-83F1-732A06D6FDEF/0/Whats\\_Right\\_for\\_You.pdf](http://www.chpa-info.org/NR/rdonlyres/874A3631-B220-4A6A-83F1-732A06D6FDEF/0/Whats_Right_for_You.pdf), dostopno marec 2008.
2. <http://poisoncontrol.uchc.edu/poisons/medications.htm>, dostopno marec 2008
3. [http://med.over.net/zdravila\\_in\\_zakonodaja/novica.php?id=324](http://med.over.net/zdravila_in_zakonodaja/novica.php?id=324), dostopno marec 2008.
4. <http://www.lek.si/slo/skrb-za-zdravje/o-zdravilih/samozdravljenje>, dostopno marec 2008.
5. [http://www.fda.gov/FDAC/features/196\\_kid.html](http://www.fda.gov/FDAC/features/196_kid.html), dostopno marec 2008.
6. [http://www.chpa-info.org/ChpaPortal/Templates/OneColumn.aspx?NRMODE=Published&NRORIGINALURL=%2fChpaPortal%2fInternational%2fWMA\\_Statement%2f&NRNODEGUID=%7b7DC572F5-072C-4FFA-9B7A-CE0CD2FF84B0%7d&NRCACHEHINT=NoModifyGuest](http://www.chpa-info.org/ChpaPortal/Templates/OneColumn.aspx?NRMODE=Published&NRORIGINALURL=%2fChpaPortal%2fInternational%2fWMA_Statement%2f&NRNODEGUID=%7b7DC572F5-072C-4FFA-9B7A-CE0CD2FF84B0%7d&NRCACHEHINT=NoModifyGuest), dostopno marec 2008.
7. <http://www.kvarkadabra.net/article.php/Narava-nima-vselej-prav>, dostopno marec 2008.
8. [http://www.fda.gov/fdac/features/296\\_kid.html](http://www.fda.gov/fdac/features/296_kid.html), dostopno marec 2008.
9. Aulton M E. Aulton's Pharmaceutics. 3rd ed.: The design and manufacture of medicines. Elsevier 2007: 41–42.
10. Meštrovič A, Popovič K, Vučajnik L. Zastrupitve z zdravili pri otrocih in mladostnikih. Zbornik – XIV. srečanje pediatrov v Mariboru z mednarodno udeležbo in I. srečanje medicinskih sester, 2004: 104–107.
11. Todorovič-Guid M, Kanič Z. Pomen preprečevanja zastrupitev pri majhnih otrocih. Zbornik – XIV. srečanje pediatrov v Mariboru z mednarodno udeležbo in I. srečanje medicinskih sester, 2004: 55–57.
12. <http://www.wapc.org/poisons/meds.htm>, dostopno marec 2008.



Zdravila in otroci

# Kaj naj otrok ve o svojih zdravilih?



## Kaj naj otrok ve o svojih zdravilih?

Tako kot je za starše in skrbnike zelo pomembno, da poznajo zdravila, ki jih otrok uporablja, je pomembno, da tudi otrok ve, kaj so zdravila, in jih pozna. Tako se uči veččin pravilne in varne uporabe zdravil, pripomore pa tudi k boljšim izidom zdravljenja. Otroci se učijo iz izkušenj in pri tem ste jim lahko zgled pri uporabi vaših zdravil. Pokažite jim, kako se zdravila uporabljajo pravilno in varno.

### ! Pomembno je vedeti!

Otroka morate naučiti, naj nikoli:

- ! ne vzame zdravila, če jim ga ne dajo starši, druga znana odrasla oseba ali zdravstveni delavec (zdravnik, farmacevt, medicinska sestra),
- ! ne uporablja zdravil, ki jih jemljejo druge osebe!

### Kdaj se naj otrok seznanj z zdravili?

Otroci želijo pogosto vedeti več o svojem zdravju in zdravilih, vendar pogosto ne vedo, kaj in koga naj vprašajo. Prav je, da jih spodbujate, naj sprašujejo o svojih zdravilih, odgovorite pa jim čim bolj preprosto in pošteno. Pri tem uporabite način, primeren za otrokovo starost. Včasih jim je treba večkrat razložiti in jih pozneje tudi povprašati, ali so pravilno razumeli. Starejši otroci zmorejo razumeti informacije o svojem zdravju.

### Otrok naj o svojih zdravilih ve:

- ime zdravila;
- zakaj ga uporablja in kako deluje;
- kako ga pravilno uporabi (na primer skozi usta, vpliv hrane ...);
- kdaj ga mora vzeti in kako dolgo ga bo uporabljal;
- kaj naj stori, če izpusti odmerek;
- kateri neželeni učinki lahko nastopijo in komu naj pove o njih.

Z otrokom se pogovorite o vsakem zdravilu, ki ga uporablja.

### ! Pomembno je vedeti!

Pri poučevanju otrok o zdravilih vam lahko pomagamo zdravstveni delavci. Zato v ambulanti, lekarni, bolnici prosite, naj o bolezni in zdravilih govorimo neposredno z vašim otrokom. Dobro je, če tudi sami sprašujete v otrokovi navzočnosti.



# Otroci in zdravila



# OTROCI IN ZDRAVILA

OTROCI, TE STRANI OPISUJEJO ZDRAVILA IN SO NAMENJENE SAMO VAM.

ČE IMAŠ VPRAŠANJE O SVOJEM ZDRAVILU ALI ŽELIŠ VEDETI VEČ O ZDRAVILIH, VEDNO VPRAŠAJ STARŠE ALI DRUGO ODRASLO OSEBO. O ZDRAVILIH SE LAHKO POGOVORIŠ TUDI Z ZDRAVNIKOM V AMBULANTI ALI FARMACEVTOM V LEKARNI.

## KAJ SO ZDRAVILA?

ZDRAVILA SO SNOVI, KI SE UPORABLJAJO ZA ZDRAVLJENJE, PREPREČEVANJE ALI ODKRIVANJE RAZLIČNIH BOLEZNI (NA PRIMER PRI BOLEČINI, VROČINI, KAŠLJU, ASTMI, SLADKORNI BOLEZNI ...).

### ZDRAVILA SO LAHKO V RAZLIČNIH OBLIKAH:

- TABLETE, KAPSULE,
- RAZTOPINE, SIRUPI,
- PRAŠKI,
- KAPLJICE ZA OČI, UŠESA, NOS,
- MAZILA, KREME, GELI,
- INHALATORJI,
- SVEČKE,
- INJEKCIJE.



NEKATERA ZDRAVILA SO NA VOLJO V VEČ KOT ENI OBLIKI (NA PRIMER KOT TABLETE ALI SIRUP). ZA OTROKE SE NAJVEČKRAT UPORABLJA ZDRAVILO V OBLIKI SIRUPA, KI GA ZAUŽIJEŠ S PRILOŽENO ŽLIČKO ALI KAPALKO.

**! POMEMBNO JE DA VEŠ!**

**!** NIKOLI NE UPORABLJAJ ZDRAVIL, ČE TI JIH NE DAJO STARŠI, ZDRAVSTVENI DELAVEC (ZDRAVNIK, FARMACEVT, MEDICINSKA SESTRA) ALI DRUGA ZNANA ODRASLA OSEBA.

**!** NIKOLI NE UPORABLJAJ ZDRAVIL, KI JIH JEMLEJEJO DRUGE OSEBE!

**VEDNO LAHKO ZA VEČ INFORMACIJ O ZDRAVILIH VPRAŠAŠ ZDRAVNIKA ALI FARMACEVTA.**

ZDRAVNIK JE OSEBA, KI TE V AMBULANTI PREGLEDA. ČE JE TREBA, PRI ZDRAVSTVENI TEŽAVI PREDPIŠE ZDRAVILO NA RECEPT. FARMACEVT JE OSEBA, KI V LEKARNI IZDAJA ZDRAVILA NA RECEPT ALI BREZ RECEPTA. V LEKARNI NEKATERA ZDRAVILA PRIPRAVIJO FARMACEVTI SAMI, VEČINOMA PA JIH NAREDIJO FARMACEVTSKE TOVARNE.

## KAJ MORAŠ VEDETI, KO UPORABLJAŠ ZDRAVILA?



- **KAKŠNO JE IME ZDRAVILA?**

VSAKO ZDRAVILO IMA SVOJE IME. POMEMBNO JE, DA POZNAŠ IME SVOJEGA ZDRAVILA.

- **ZA KAJ SE ZDRAVILO UPORABLJA?**

VEDETI MORAŠ, ZA KAKŠNO ZDRAVSTVENO TEŽAVO BOŠ UPORABLJAL ZDRAVILO.

- **KOLIKO ZDRAVILA JE TREBA VZETI?**

VEDNO JE TREBA UPORABLJATI TAKŠNO KOLIČINO ZDRAVILA, KOT JE PREDPISANO. ČE BOŠ VZEL VEČ ZDRAVILA, NE BOŠ PREJ ZDRAV. ČE VZAMEŠ MANJ ZDRAVILA, MOGOČE NE BO BOLJE.

- **KDAJ MORAŠ VZETI ZDRAVILO?**

S STARŠI NAPIŠI, OB KATERI URI MORAŠ VZETI ZDRAVILO. MOGOČE BOŠ MORAL POZNEJE PREVERITI, KDAJ VZETI ZDRAVILO.

- **KAKO DOLGO BOŠ JEMAL ZDRAVILO?**

JEMLJI ZDRAVILO TAKO DOLGO, KOT REČEJO STARŠI, DRUGA ODRASLA OSEBA, ZDRAVNIK IN FARMACEVT. ZA NEKATERA ZDRAVILA JE POMEMBNO, DA JIH UŽIVAŠ TUDI, ČE SE ŽE POČUTIŠ DOBRO.

- **ALI SE LAHKO POKAŽEJO NEŽELENI UČINKI ZDRAVILA?**

KO UPORABLJAŠ ZDRAVILA, VEDNO OPAZUJ, ČE SE POKAŽEJO KAKŠNI NEŽELENI UČINKI (NA PRIMER SLABOST, IZPUŠČAJ NA KOŽI, DRISKA, ZASPAJANOST ...). VEDNO ČIM PREJ POVEJ STARŠEM ALI DRUGI OSEBI, KI PAZI NATE, ČE SE NE POČUTIŠ DOBRO ALI SE POČUTIŠ SLABŠE.

# IGRICA ZA NAJMLAJŠE

