

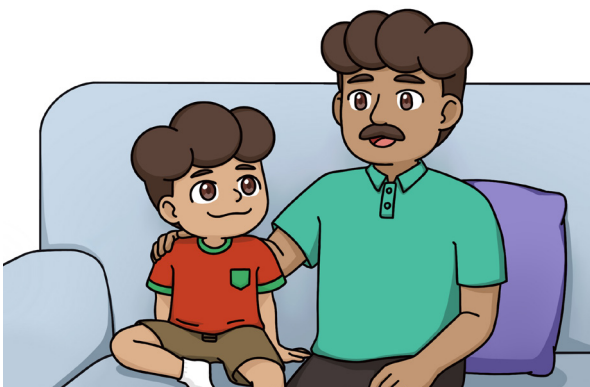


شروع دوا برای ADHD

خلاصه

- بعضی از والدین به دلیل اینکه طفل شان دوی ADHD را شروع میکند، به تشویش میشوند.
- طفل تان نیز ممکن است به تشویش شود.
- درک این نکته مهم است که بدانید این دوا ایمن بوده و معمولاً به طفل تان کمک میکند.
- با طفل خود در مورد اینکه چگونه دوی ADHD ممکن است به آنها کمک کند و چی حسی به آنها دهد، صحبت کنید.

به طفل تان چه بگویید



این مهم است که طفل تان تا حدی درک داشته باشد که ADHD چیست و چگونه شیوه کار مغز آنها را متاثر میسازد. زمانیکه در مورد ADHD طفل تان صحبت میکنید، گفتگوی تان را مثبت نگه دارید و به آنها نقاط قوت شان را یادآوری کنید.

- کلماتی را بکار ببرید که طفل تان هنگام توصیف نمودن چگونگی کارکرد مغزش استفاده می کند. بطور مثال، «میدانی طوریکه بعضی اوقات به من میگوئی که مغزت نمیخواهد روی موضوعات توجه داشته باشد. دلیلش این است که نحوه کارکرد مغز خودت با نسبت به سایر مردم کمی متفاوت است. به این ADHD گفته میشود.»

- از کلمات ساده برای توضیح کارکرد دوا استفاده کنید. بطور مثال، «این دوا به تمام بخش های مغزت کمک میکند تا با هم یکجا کار کنند. این دوا به خودت کمک خواهد کرد تا تمرکز داشته باشید و چیزهای جدید یاد بگیرید.»

- طفل خود را تشویق کنید تا در مورد حس که دوا برایش ایجاد میکند، صحبت کند. برایش توضیح دهید که طبیعی است زمانیکه برای بار اول شروع به مصرف دوا میکند یک احساس کمی متفاوت داشته باشد. همچنان میتوانید به آنها بگویید که دوا فوراً اثر نمی کند و ممکن چند هفته وقت بگیرد تا ببینید که آیا کمک میکند یا نه.

مصرف دوا برای ADHD

دوا برای ADHD زمانی بهترین کارکرد را دارد که هر روز در عین وقت مصرف شود. داکتر طفل تان به شما خواهد گفت که چی وقت دوی خود را مصرف کند.

از یک یادآوری روزانه استفاده کنید تا به شما کمک کند به یاد داشته باشید که به طفل تان دوایش را بدهید. برای اطفال بزرگتر، بعضی مسئولیت ها را به خودش بسپارید تا به یاد داشته باشند که دوی شان را مصرف کنند.

زمانیکه طفل شما یک دوی جدید را شروع میکند:

- ممکن است بخواهید در چند هفته اول یک کتابچه یادآوری دوا داشته باشید. هر نوع اثر دوا (هم خوب و هم بد) را بنویسید. فراموش نکنید که از طفل تان پرسان کنید که چی احساس میکند.
- شروع مصرف دوی طفل خود را به معلمش بگویید. بعداً معلم میتواند متوجه شود که طفل تان در مکتب چگونه واکنش نشان میدهد و اینکه آیا کدام عوارض جانبی ایجاد کرده است یا نه.

بعضی اوقات اطفال ممکن از مصرف دوا خودداری کنند. شما میتوانید به شیوه های ذیل به طفل تان کمک کنید:

- خود تان مثبت اندیش باشید
- به طفل خود اجازه دهید تا خود شان تحت نظارت شما دواى خود را مصرف کند
- به طفل تان برای مصرف دوا وقت دهید
- هیچوقت طفل خود را مجبور به مصرف دوا نکنید.

صحبت کردن با داکتر طفل تان

- داکتر طفل تان هم شما و هم طفل تان را در بحث راجع به شروع دوا برای ADHD دخیل خواهد ساخت.
 - طفل تان باید بشکل منظم به داکتر خود مراجعه کند تا چک کند که دوا چگونه به وی کمک میکند.
 - طفل خود را تشویق کنید تا با داکتر در مورد دوا صحبت کند و هر سوالی که دارد پرسان کند.
 - اگر طفل تان در مورد بلعیدن دوا تشویش دارد، با داکتر اش در مورد اینکه چگونه میتوانید این کار را برایش آسان سازید صحبت کنید.
 - همیشه با داکتر طفل تان در مورد هر عوارض جانبی که شما یا طفل تان متوجه شده اید صحبت کنید.
- به یاد داشته باشید که همیشه دوا را بشکل مصئون ذخیره کنید تا اطفال کوچک به آنها دسترسی نداشته باشند.

منابع:

- دوا - منبع ویدیویی | خدمات صحی اطفال و نوجوانان
- مکالمات خانوادگی در مورد ADHD - منبع ویدیویی | خدمات صحی اطفال و نوجوانان
- جزوه خدمات پیچیده ADHD - فصل 7 | خدمات صحی اطفال و نوجوانان
- چگونه با طفل خود در مورد ADHD-شان صحبت کنید | اتحادیه متخصصین ADHD استرالیا