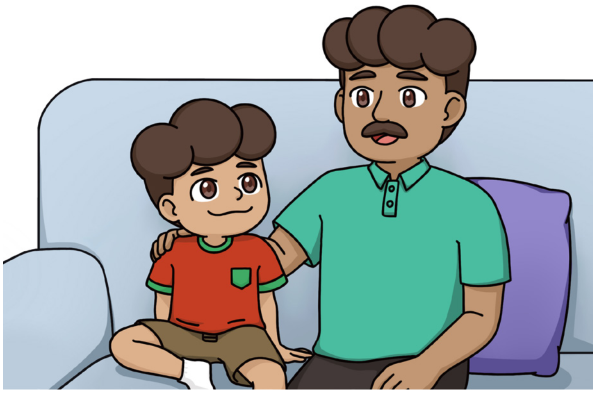
Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service

ADHD के उपचार के लिए दवा का सेवन शुरू करना

सारांश

- कुछ माता-पिता अपने बच्चे के ADHD के उपचार के लिए दवा का सेवन शुरू करने के बारे में चिंतित महसूस करते हैं।
- आपका बच्चा भी चिंतित महसूस कर सकता है।
- यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि ये दवाएँ सुरक्षित हैं और ये आमतौर पर आपके बच्चे के लिए प्रभावशाली होंगी।
- अपने बच्चे से इस संबंध में बात करें कि ADHD के उपचार के लिए दवाओं से उन्हें क्या लाभ हो सकता है और वे कैसा महसूस कर सकते हैं।

अपने बच्चे से कैसे बात करें



यह महत्वपूर्ण है कि आपके बच्चे को ADHD और मस्तिष्क के काम करने के तरीकों पर इसके प्रभावों के बारे में कुछ जानकारी हो। जब आप अपने बच्चे के साथ ADHD के बारे में बात करते हैं, तो बातचीत को सकारात्मक रूप से करें और उन्हें उनके गुणों का स्मरण करवाएँ।

- आप भी उन्हीं शब्दों का प्रयोग करें जो आपका बच्चा अपने मस्तिष्क के काम करने के तरीके के बारे में बताते हुए करता है। उदाहरण के लिए, "आपको मालूम है कि कभी-कभार आप मुझे बताते हैं कि आप ध्यान केंद्रित नहीं कर पाते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि आपका मस्तिष्क कुछ अन्य लोगों की तुलना में थोड़ा विभिन्न तरीके से काम करता है। इसे ADHD कहा जाता है।"
- सरल शब्दों में दवा के प्रभावों के बारे में समझाएँ। उदाहरण के लिए, "यह दवा आपके मस्तिष्क के सभी भागों को एक साथ मिलकर काम करने में मदद करेगी। इससे आपको ध्यान केंद्रित करने और नई चीजें सीखने में मदद मिलेगी"।
- अपने बच्चे को प्रोत्साहित करें ताकि वह यह बता सके कि दवा लेने से उसे कैसा महसूस होता है। उन्हें इस बारे में समझाएँ कि दवा का सेवन शुरू करने से थोड़ा अलग महसूस करना सामान्य बात है। आप उन्हें यह भी बता सकते हैं कि दवा से तुरंत कोई लाभ नहीं मिलेगा और इसका प्रभाव महसूस करने में कुछ सप्ताह का समय लग सकता है।

ADHD के उपचार के लिए दवा लेना

ADHD के उपचार के लिए दवा उचित रूप से काम तब करती है जब इसे प्रतिदिन एक ही समय पर लिया जाता है। आपके बच्चे के डॉक्टर द्वारा आपको यह बताया जाएगा कि उन्हें दवा किस समय देनी है।

अपने बच्चे को समय पर दवा देना याद रखने के लिए किसी दैनिक रिमाइंडर का उपयोग करें। बड़े बच्चों को अपनी दवा समय पर लेना स्वयं याद रखने के लिए कहें।

जब आपका बच्चा किसी नई दवा का सेवन शुरू करता है, तो:

- आप पहले कुछ हफ़्तों के लिए दवा के बारे में डायरी में लिख सकते हैं। दवा के हर प्रकार के प्रभाव (अच्छे और बुरे दोनों) के बारे में लिखें। अपने बच्चे से यह अवश्य पूछें कि वह कैसा महसूस करता है।
- आपके बच्चे द्वारा दवा का सेवन शुरू किए जाने पर उसके शिक्षक को इस बारे में बताएँ। शिक्षक को इस बारे में बताने से वह आपके बच्चे की स्कूल में प्रतिक्रियाओं और दवा के दुष्प्रभावों पर निगरानी रख सकते हैं।

कभी-कभार बच्चे दवा लेने से मना कर सकते हैं। आप अपने बच्चे की मदद निम्नलिखित रूप से कर सकते हैं:

- स्वयं सकारात्मक रहें
- अपनी देखरेख में अपने बच्चे को स्वयं दवा लेने की अनुमति प्रदान करें
- अपने बच्चे को दवा लेने के लिए समय प्रदान करें
- अपने बच्चे को कभी भी दवा लेने के लिए मजबूर न करें।

अपने बच्चे के डॉक्टर से बात करना

- आपके डॉक्टर द्वारा ADHD के उपचार के लिए दवा शुरू करने के बारे में आपसे और आपके बच्चे से बातचीत की जाएगी।
- आपके बच्चे को नियमित रूप से अपने डॉक्टर से मिलने की ज़रूरत होगी ताकि उन पर दवा के प्रभाव को जाँचा जा सके।
- अपने बच्चे को दवा के बारे में डॉक्टर से बात करने और अपने किसी भी प्रश्न के बारे में जानने के लिए प्रोत्साहित करें।
- यदि आपका बच्चा गोलियाँ खाने के बारे में चिंतित है, तो उसके डॉक्टर से किसी आसान उपाय के बारे में पूछें।
- अपने या अपने बच्चे द्वारा महसूस किए गए किसी भी दुष्प्रभाव के बारे में हमेशा अपने बच्चे के डॉक्टर से बात करें।

दवाइयों को हमेशा सुरक्षित तरीके से रखें ताकि वे छोटे बच्चे की पहुँच से दूर हों।

संसाधन:

- दवा संबंधी - वीडियो संसाधन | बाल एवं किशोर स्वास्थ्य सेवा (Child and Adolescent Health Service)
- ADHD के बारे में पारिवारिक बातचीत संबंधी - वीडियो संसाधन | बाल एवं किशोर स्वास्थ्य सेवा (Child and Adolescent Health Service)
- जटिल ADHD संबंधी सेवा पुस्तिका – अध्याय 7 | बाल एवं किशोर स्वास्थ्य सेवा (Child and Adolescent Health Service)
- अपने बच्चे से उसकी ADHD की समस्या के बारे में कैसे बात करें | ऑस्ट्रेलेसियन ADHD प्रोफेशनल्स एसोसिएशन (Australasian ADHD Professionals Association)

इस प्रकाशन का उद्देश्य सामान्य शिक्षा एवं जानकारी प्रदान करना है। किसी भी प्रकार की आवश्यक चिकित्सीय सलाह के लिए योग्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से संपर्क करें।

©State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service, June 2025

CAH-001854_4