

薬嫌いのお子さまを持つお母さまへ

## 食べ物にこっそり 混ぜ混ぜ作戦



お薬をもらったのはいいけれど、なかなか飲んでくれないお子さまは少なくないと思います。おだてたり、なだめたり、中には力づく(?)で、飲ませたお母さまもいらっしゃると思います。そんな悩めるお母さまのために、上手に飲んでもらえる方法として、「食べ物にこっそり混ぜ混ぜ作戦」を紹介します。

### 粉薬の 飲ませ方 として…



少量の水で練って、味を感じにくい頬の内側や上あごにつける方法がよく言われますが、実際やってみると難しい。そこで、お子さまの好きな食べ物に混ぜてみるのはいかがでしょうか？ 特にか多いのはアイスクリームです。冷凍庫から出して15～30分間放置してやわらかくなった状態のものに薬を混ぜ、ゼラート状にしたものをあげてみてください。他には、コンデンスミルクやメープルシロップもデザート感覚で飲める点ではおすすめです。



これらにこだわらず、いろいろな食べ物に混ぜて試してみてください。しかし、その中でもいくつかの注意点があります。

1

#### 薬によって 混ぜてはいけない 食品があります。



細菌を抑える薬(抗生物質)の中には、オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンク、ヨーグルトなど酸味があるものと一緒に混ぜてはいけないものがあります。薬によっては混ぜてはいけない食品があるので、あらかじめ医師または薬剤師に相談してください。

2

#### 混ぜる食品は 少なめに しましょう。

お子さまの調子が良くないときには、いくら好きな食べ物でも、多くは食べられないことも。混ぜる量が多すぎると、薬も残ってしまいます。残りはあとで…ということも考えますが、食べ物に薬を混ぜた場合、薬の成分が変わってしまうこともあります。少量の食べ物で、1回量ずつ混ぜてください。

3

#### 飲み物より 食べ物のほうが おすすめ。

水に溶けにくい粉薬の場合、残ってしまうことも。液体より固形のものに混ぜることをおすすめします。なお、乳酸菌製剤(ヨーグルト、ヤクルト等)は、苦みが強調されるので、混ぜない方がよいでしょう。



4

#### ミルクや食事には 混ぜないように しましょう。

離乳食前の赤ちゃんの場合、ミルクに混ぜたいとおっしゃる方は多いようです。しかし薬を混ぜることで、万が一ミルク嫌いになってしまったら…。薬を混ぜるのは、デザートやジュースなどの嗜好品にしましょう。



お母さん  
がんばって!

それでも、飲まないときは、他の薬に換えてもらえないか医師に相談してみましょう。同じ効果でも違う味がありますし、坐薬で対応できる場合もあります。

