

Children & Household Medications

Keeping children safe is a parent's top priority in life. The home holds many dangers for a child that some people don't even really think about. One of the greatest dangers found in most households may be the contents of the medicine cabinet. Naturally curious children will explore everything, therefore a parent may wish to consider several safety precautions in order to protect their children from harmful substances.

CLEAN IT OUT. Go through your medicine cabinet and get rid of expired medications, samples you don't need, and pills you no longer use. Rather than flush unwanted drugs down the toilet or down the drain (which pollutes the water system), put them in the trash -- but make sure they're disposed of securely, so that a child can't get his hands on them.

LOCK IT UP. Check the caps on each bottle to ensure they're childproof. A childproof cap is challenging to open, such as one that requires you to push down and turn it at the same time. Discard any medicine that doesn't have a childproof cap and make sure all medicine caps are properly closed after each use. Some children can outsmart child proof bottles so as another precaution, keep your medications in a locked box (preferably one with a combination lock).

SET A GOOD EXAMPLE. Kids learn from watching, and if they see *you* taking pills, they'll want to emulate what you do. Be clear that medicine is something you take for illnesses and pains and that you take these things in limited doses.

CHOOSE YOUR WORDS. Children's medicine is designed to taste good so kids will want to take it. Avoid calling their vitamins or fever reducers "candy" so they don't confuse the two. Otherwise, they might like the flavor -- and, given the option, eat an entire bottle. But if you call medicine what it is, and explain that even though it tastes good, it's not candy, you can help them understand that they must take these substances in limited doses.

KEEP TRACK. If your child is sick or taking medicine, make sure every caregiver knows how much medicine to give and at what times so there is no risk of double-dosing. Keep a chart and have every caregiver sign off on the time they administered the last dose.



Tips for Parents and Caregivers

1. Don't give children adult medicines.
2. Talk to your health care professional first.
3. Choose child-resistant safety caps.
4. Check the active ingredients.
5. Follow the directions.
6. Understand that some over the counter medications only treat the symptoms.
7. Only use measuring devices made for measuring medicine.
8. Use your child's weight to find the right dose of medicine on the **DRUG FACTS** label.
9. If you don't know your child's weight, use their age to find the right dose.

Most liquid medicines are measured in teaspoons (tsp) and milliliters (mL).

5 mL = 1 teaspoon (tsp)

15 mL = 3 teaspoons = 1 tablespoon (tbsp)

30 mL = 1 fluid ounce (oz)

Niños y Medicamentos de Casa

Seguridad de los niños es la principal prioridad de los padres en la vida. La casa tiene muchos peligros para un niño que algunas personas ni siquiera piensan realmente. Uno de los mayores peligros se encuentran en la mayoría de los hogares puede ser contenido en el botiquín. Los niños curiosos naturalmente exploran todo, por lo tanto los padres tal vez deseen considerar algunas precauciones de seguridad para proteger a sus hijos de sustancias peligrosas.

LIMPIELO. Examine su gabinete de medicinas y deseche de los medicamentos vencidos, muestras que no son necesarias y las píldoras que ya no usa. En vez de deshacerse de los medicamentos no deseados por el inodoro o por el desagüe (que contamina el sistema de agua), póngalos en la basura - pero asegúrese de que están dispuestos de forma segura, de modo que un niño no puede poner sus manos sobre ellos.

PONGALO BAJO LLAVE. Revise las tapas de cada botella para asegurarse de que está a prueba de niños. Una tapa a prueba de niños es un reto para abrir, como una que requiere que se empuje hacia abajo y girar al mismo tiempo. Deseche todo el medicamento que no tiene tapa a prueba de niños y asegúrese de que todas las tapas de la medicina estén bien cerradas después de cada uso. Algunos niños pueden superar a las botellas a prueba de niños así como otra medida de precaución, mantenga sus medicamentos en una caja cerrada (de preferencia uno con una cerradura de combinación).

SEA UN BUEN EJEMPLO. Los niños aprenden al ver, y si ven a sus padres tomando píldoras, querrán emular lo que hacen. Sea claro que la medicina es algo que dan por las enfermedades y dolores y que se toman en dosis limitadas.

ELIJA SUS PALABRAS. Medicamentos para niños están diseñados para que los niños quieran tomarlos. Evite llamar a sus vitaminas o baja fiebres "dulces" porque no hay que confundir los dos. De lo contrario, pueden gustar el sabor - y, dada la opción, comer una botella entera. Pero si usted llama a la medicina lo que es, y explica que a pesar de que sabe bien, no es dulce, puede ayudarles a entender que deben tomar estas sustancias en dosis limitadas.

LLEVAR LA CUENTA. Si su niño está enfermo o tomando medicamentos, asegúrese de que sepa la cantidad de medicamento para dar y la hora en que lo dio para que no haya riesgo de sobredosis o envenenamiento. Lleve un registro médico para verificar en el momento en que administró la última dosis.



Consejos para padres y cuidadores

1. No le dé a los niños medicinas de adultos.
2. Hable con su profesional de salud.
3. Elija tapas de seguridad a prueba de niños.
4. Revise los ingredientes activos.
5. Siga las instrucciones.
6. Comprender que algunos medicamentos de venta libre sólo tratan los síntomas.
7. Utilice el instrumento medidor que viene con la medicina, tal como un gotero o vasito dosificador.
8. Utilice el peso de su hijo para encontrar la dosis correcta de medicamento en la etiqueta de Información del Medicamento.
9. Si usted no sabe el peso de su niño, utilice su edad para encontrar la dosis correcta.

La mayoría de los medicamentos líquidos se miden en cucharaditas (tsp) y mililitros (ml).

5 ml = 1 cucharadita (tsp)

15 ml = 3 cucharaditas = 1 cucharada (cs)

30 ml de líquido = 1 onza (oz)

