ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ/ਸੋਚਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਈਕਾਇਐਟ੍ਰਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਕਈ ਬੱਚਿਆਂਅਤੇ ਯੁਵਕਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਔਖੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲੋਂ ਦਵਾਈ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇ ਕਈ ਸੰਭਾਵੀ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਇਹ ਸੋਚ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਦਵਾਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਅਣਸੁਖਾਵੇਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ
- ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹੁੱਥੂ ਆਉਣ ਦਾ ਡਰ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ
- ਇਹ ਨਾ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਦਵਾਈ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਦੇ ਵਿਚਾਰ (ਭਾਵ ਕਿ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਵਾਈ ਲੈ ਕੇ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰ ਕੇ ਰੱਖੀ ਜਾਣੀਆਂ)
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ, ਨਸ਼ੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਬਦਲੇ ਵੇਚਣਾ/ਵਟਾਉਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲੋਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ

- ਲੱਛਣ ਬਦਤਰ ਹੋਣੇ ਜਾਂ ਉਮੀਦ ਮੁਤਾਬਕ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਬਿਹਤਰ ਨਾ ਹੋਣੇ
- ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨੀ, ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਕਤਰਾਉਣਾ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਬਦਲਣ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ
- ਤੁਹਾਡੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿੱਧੇ ਬੈੱਡਰੂਮ/ਬਾਥਰੂਮ/ਗਾਰਬੇਜ/ਸਿੰਕ ਵੱਲ ਜਾਣਾ
- ਫ਼ਰਸ਼/ਬੈੱਡ/ਫ਼ਰਨੀਚਰ/ਕੱਪੜਿਆਂ/ਗਾਰਬੇਜ/ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈ ਮਿਲਣੀ
- ਉਮੀਦ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਖ਼ਤਮ ਨਾ ਹੋਣੀ (ਭਾਵ ਕਈ ਦਿਨਾਂ/ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਭਰੀ ਹੋਈ ਹੋਣੀ)
- ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦੁਬਾਰਾ ਭਰਵਾਉਣ ਦੀ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ ਵਿੱਚ ਘਾਟ

ਉੱਪਰ ਲਿੱਖੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਪਿੱਛੇ ਹੋਰ ਕਾਰਣ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਸ ਗੱਲ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਕਿ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

©May 2016

Child & Adolescent Mental Health Programs,
BC Children's Hospital, 4480 Oak Street, Vancouver, B.C., Canada V6H 3V4

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ (ਭਾਵ ਜਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ? ਇਸ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?)
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ, ਤੋੜਿਆ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਦਾ ਚੂਰਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੀ ਦਵਾਈ ਤਰਲ, ਘੁਲਣਯੋਗ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖੋ
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਜੀਭ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ ਦੇਖਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਸਾਰੀ ਦਵਾਈ ਨਿਗਲ ਲਈ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਦਵਾਈ ਲੈ ਲਈ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜਾਂ ਦੋ ਕੁ ਮਿੰਟ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ

ਉੱਪਰ ਲਿੱਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਕਾਰਣ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤਜਵੀਜ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਨਾ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲੋਂ ਦਵਾਈ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਰਲ਼ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਇਸ ਨੂੰ Child & Adolescent Mental Health Programs (ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਅਲ੍ਹੜਾਂ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ Kelty Mental Health Resource Centre (ਕੈਲਟੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ) ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ