

Aidez votre enfant à apprendre à avaler les pilules

Votre médecin a recommandé que votre enfant prenne un médicament sous forme de pilule. Certains enfants ont besoin d'aide pour apprendre comment avaler les pilules.

Voici quelques façons d'aider votre enfant à apprendre comment avaler les pilules :

- Gardez une attitude positive par rapport à la prise de pilules. Utilisez un langage encourageant. Par exemple, dites « Je sais que tu seras capable de le faire ».
- Commencez par demander à votre enfant d'avalier un petit aliment, comme une miette de bonbon. Quand votre enfant réussit à l'avalier, essayez avec un bonbon un peu plus gros.
- Augmentez la taille du bonbon jusqu'à ce qu'il soit de la même taille que la pilule que prendra votre enfant.
- Certaines pilules sont de la même taille que les TicTac[®], les Skittles[®], les Mini M&Ms[®] ou les Mike and Ike[®].
- Jouez au **Défi « On avale la pilule »** au verso de cette page. Votre enfant peut utiliser le tableau pour faire le suivi de ses progrès. Célébrez chaque petit succès au fur et à mesure.
- Visionnez la vidéo [The New Method of Swallowing](http://www.youtube.com/watch?v=MXFMZuNs-Fk&feature=related) avec votre enfant. Cette vidéo a été créée par la D^{re} Bonnie Kaplan de l'Université de Calgary. Vous pouvez la trouver sur YouTube à l'adresse : <http://www.youtube.com/watch?v=MXFMZuNs-Fk&feature=related>

Si votre enfant a encore des problèmes à avaler des pilules après avoir essayé ces trucs à la maison, veuillez demander à votre médecin de vous orienter vers un éducatrice en milieu pédiatrique.

Rendez la prise de pilules amusante!

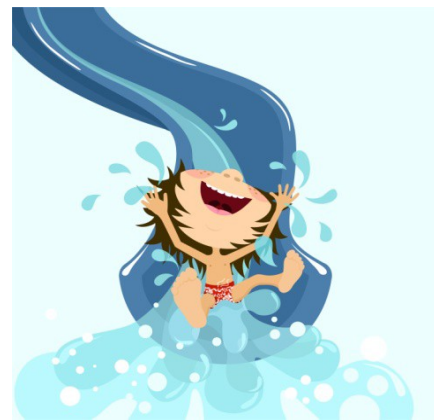
Utilisez l'imagination de votre enfant en lui disant ce qui suit :

Imagine que ta langue est une glissade d'eau, et que ta pilule veut glisser sur ta langue pour aller dans ton ventre.

À vos marques : Place la pilule sur l'arrière de ta langue. Maintenant, le glisseur est sur la glissade.

Prêt : Mets un peu d'eau dans ta bouche, mais pas trop. Si tu remplis tes joues d'eau, le glisseur va se mettre à flotter. Il ne touchera plus à la glissade et ne pourra pas la descendre.

Partez : Avale et donne au glisseur une descente amusante et bien mouillée.



Allez au verso pour jouer au **Défi « On avale la pilule »** ➔









Défi « On avale la pilule »

Ce dont vous aurez besoin :

- Eau (ou une boisson non gazeuse comme du jus ou du Gatorade®) et un verre pour vous et votre enfant
- Bonbons de différentes tailles (de « minuscule » à la taille cible – voir ci-dessous)
- Autocollants à donner en récompense à chaque niveau

Comment jouer?

- Aidez votre enfant à être enthousiaste à l'idée de jouer au jeu.
- Il est préférable que vous fassiez le défi avec votre enfant. Ses frères et sœurs peuvent jouer eux aussi.
- Commencez au niveau 1 en demandant à votre enfant d'avaler un bonbon « minuscule ».
- Donnez-lui un autocollant à placer dans le tableau chaque fois qu'il ou elle essaie d'avaler le bonbon. Félicitez votre enfant même quand il ne réussit pas à avaler le bonbon.
- Quand votre enfant réussit à avaler un bonbon « minuscule », félicitez-le pour sa réussite. Passez au niveau suivant et demandez à votre enfant d'avaler un « mini » bonbon.
- Passez par chaque niveau jusqu'à ce que votre enfant atteigne le niveau de la « taille cible ». Quand votre enfant réussit à avaler un bonbon de la taille cible, il est prêt à avaler le médicament. Ce processus peut prendre quelques jours à quelques semaines.

Niveau		Essai n° 1	Essai n° 2	Tu as réussi!
1	Minuscule Exemple: Sprinkle/vermicelles			
2	Mini Exemple: Confettis			
3	Très petit Exemple: Nerds®			
4	Petit Exemple: TicTac®			
5	Taille cible Exemple: Skittles®	