i botika
Medikamentuei buruzko herritarrentzako informazioa

Osakidetza
EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

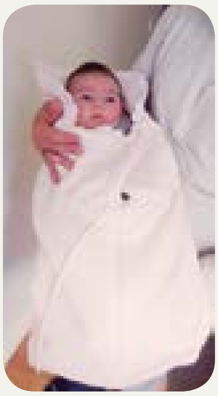
www.osakidetza.euskadi.eus/ibotika
2015 • 20. zk.

NOLA EMAN POMADA OFTALMIKOAK HAURREI?

1 Ezertan hasi aurretik, **egon lasai**, eta hitz egin haurrari **goxo**. Ez da urdurituko, horrela.

2 Garbitu eskuak ondo, ur eta xaboiez, eta lehortu.

3 Jarri haurraren atzean, eta bota iezaiozu burua atzeraka. Ahoz gora ere etzan dezakezu.



Haurtxoa bada, bildu ezazu tapakitxo batekin, haren besoak eta hankak geldirik edukitzeko.

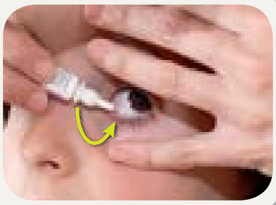
4 Berotu pomada-hodia esku artean, hobeto zabal dadin.

5 Kendu tapa ontziari, eta utz ezazu leku garbi batean.

6 Esku batekin eutsi iezaiozu haurraren bekokiari, eta hatz txikiaren laguntzaz jaitsi leunki beheko betazala.

7 Beste eskuarekin estutu hodia beheko betazalean sortu den hutsartearen gainean. Arroz-ale baten adinako pomada-kantitatea eman behar duzu.

8 Biratu ontzia, hodiaren puntak begia ukitu gabe pomada askatzeko.



9 Garbitu sobera dagoen pomada zapi garbi batekin. Itxi ontzia, eta garbitu berriz eskuak.

BAZENEKIEN?

Era horretako pomadak erabilita begiak itsaskor geratzen dira; batez ere, lo egin ondoren. Garbitu zapi heze batekin hondarrak, sudurretik abiatu eta kanpoaldera.

Ontzia ireki eta hilabetera, baztertu egin behar da eta erabiltzeari utzi. Utzi farmazian.

...**Hain umea ez bada eta nahikoa adin badu, pomada bere buruari jartzeko gai izan daiteke, laguntzarik gabe**. I-botika fitxan, "Pomada oftalmikoak: ondo erabiltzen ikasteko zenbait aholku" izenekoan, ikasiko duzu nola.

Eskerrak eman nahi dizkiogu Santi Mintegi Gurutzetako Unibertsitate Ospitaleko Pediatriako Larrialdietako Zerbitzuko pediatrari gai hau aukeratu eta testua berrikusteagatik, bai eta egin dizkigun ohar eta iradokizunengatik ere. Eskerrik asko, halaber, Marivi Callejari eta Fátima Fernández-Gili eskaini dizkiguten argazki, azaldutako interes eta partaidetzarengatik.

Egileak: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Alberto Gartzia, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Hemen bildu den informazioaren helburu bakarra, hain zuzen ere, informazioa ematea da, eta ez zure osasun-profesionalak eman dizkizun gomendioak ordezkatzea. Erabat debekaturik dago dokumentu hau promozio helburuetarako erabiltzea.

ISSN: 2255-3177

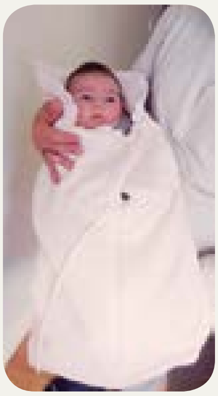
CC BY NC SA

POMADAS OFTÁLMICAS EN PEDIATRÍA

1 Antes de empezar, **mantén la calma** y háblale a la niña o niño en **tono tranquilo**. Evitarás que se altere.

2 Lávate bien las manos con agua y jabón y sécate.

3 Colócate detrás e inclínale la cabeza hacia ti. También puedes acostarle de espaldas.



Si es un bebé, envuélvele con una mantita para mantener sus brazos y piernas quietas.

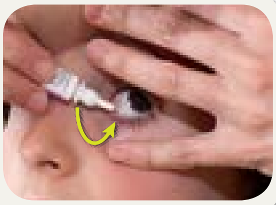
4 Calienta en tu mano el tubo de la pomada para que se extienda mejor.

5 Quita la tapa del envase y déjala sobre una superficie que esté limpia.

6 Con una mano, sujeta la frente y, con el dedo meñique, baja suavemente el párpado inferior.

7 Con la otra mano, aprieta el envase sobre el hueco formado por el párpado inferior. La cantidad de pomada que tienes que aplicar es equivalente a un grano de arroz.

8 Para desprender la pomada sin que la punta del tubo toque el ojo, gira el envase.



9 Limpia el exceso con un pañuelo limpio. Cierra el envase y lávate de nuevo las manos.

SABÍAS QUE ...

... **con estas pomadas los ojos estarán "pegajosos"**, especialmente después de dormir. Limpia con un pañuelo húmedo los restos, de la nariz hacia afuera.

Una vez abierto el envase, hay que desecharlo en un mes. Depósitalo en tu farmacia.

... **si tiene la edad suficiente, puede ser capaz de administrarse sin ayuda la pomada.** La ficha i-botika "Pomadas oftálmicas: consejos para un buen uso" te explica cómo hacerlo.

Agradecemos a Santi Mintegi, pediatra del Servicio de Urgencias Pediátricas del Hospital Universitario de Cruces, la elección del tema y la revisión del texto, así como sus comentarios y sugerencias. Gracias también a Marivi Calleja y Fátima Fernández-Gil, por sus fotografías, su interés y su participación.

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Alberto Gartzia, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional sanitario.

ISSN: 2255-3177

Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales.