



# ตุยาสามัญประจำบ้าน

โรคภัยไข้เจ็บและอุบัติเหตุต่างๆ เกิดขึ้นโดยที่เราไม่อาจกำหนดได้ เคยสังเกตไหมว่าเด็กๆ เจ็บป่วยตอนกลางคืนบ่อยแค่ไหน หมอขอแนะนำให้อาบน้ำอุ่นก่อนนอนได้ด้วยการมีหยาทุกยาประจำบ้าน เพื่อการรักษาที่ทันต่อเวลาที่ดังต่อไปนี้

- **อะเซตามิโนเฟน** (acetaminophen) ชื่อการค้า เช่น พาราเซตามอล (Paracetamol) ไทลินอล (Tylenol) และ เทมปรา (Tempra) เป็นต้น เป็นยารับประทาน ใช้ลดไข้ บรรเทาปวด มีทั้งชนิดน้ำและชนิดเม็ดสำหรับเด็กหรือชนิดเม็ดปกติสำหรับผู้ใหญ่ ตรวจสอบตารางแสดงปริมาณการใช้ยาหน้า 18-19 เพื่อช่วยตัดสินใจในการใช้ยาเท่าที่จำเป็น
- **ไอบูโพรเฟน** (ibuprofen) ชื่อการค้า เช่น แอดวิล (Advil) โมทริน (Motrin) เป็นต้น เป็นยารับประทาน ใช้บรรเทาปวดและต้านอักเสบ เหมาะกับไข้สูงและอาการปวดรุนแรง มีทั้งชนิดน้ำและชนิดเม็ดสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ มีผลข้างเคียงและข้อควรระวังมากกว่าชนิดอะเซตามิโนเฟน

- **ยาลดอาการคัดจมูกและยาแก้แพ้สำหรับเรื้อรัง** ชื่อการค้า เช่น ไดมีแท็ป (Dimetapp) เป็นต้น หรือยาผสมชนิดอื่น ๆ
- **ไดเฟนไฮดรามีน** (diphenhydramine) ชื่อการค้า เช่น เบนาดริล (Benadryl) เป็นต้น หรือยาแก้แพ้ชนิดรับประทานอื่น ๆ สำหรับอาการภูมิแพ้และผื่นคัน
- **ยาแก้ไอสามัญ** ชนิดมีเดกซ์โตรเมทอร์แฟน (Dextromethorphan: DM)
- **ไดเมนไฮดริเนต** (dimenhydrinate) ชื่อการค้า เช่น กรราวอล (Gravol) เป็นยาเหน็บและยาเม็ดสำหรับแก้คลื่นไส้และอาเจียน
- **ยาฆ่าฟันปาก** ชื่อการค้า เช่น คลอแรเซปติก (Chloraseptic) และยาอมบรรเทาอาการเจ็บคอ
- **ยาฆ่าแบคทีเรียที่ ยี่ตึงสำหรับบาดแผลและแผลถลอก** ชื่อการค้า เช่น แบ็กทีน (Bactine) และ โซลาร์เคน (Solarcaine) เป็นต้น
- **ยาอีดีออปฏิวอน** ชื่อการค้า เช่น พอลิสโพริน (Polysporin) สำหรับแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก และแผลถลอก
- **ยาหยอดตาและหยอดหูปฏิชีวนะ** ชื่อการค้า เช่น พอลิสโพริน (Polysporin) สำหรับโรคตาแดงและการติดเชื้อที่หู
- **ยาลดกรด** ชื่อการค้า เช่น มาลอกซ์ (Maalox) ริโอแพน (Riopan) ทัมส์ (Tums) และโรเลดส์ (Rolaids) เป็นต้น สำหรับอาการจุกเสียดหรืออาหารไม่ย่อย



“ควรตรวจสอบกับเภสัชกรเพื่อขอคำแนะนำเกี่ยวกับยาเหล่านี้และยาที่ใช้แทนได้”

“ใช่เป็นกระบวนการหนึ่ง  
ที่ร่างกายใช้ต่อสู้กับเชื้อโรค”

## วิธีใช้หนังสือเล่มนี้

หนังสือเล่มนี้ช่วยให้คุณจัดการกับปัญหาสุขภาพต่างๆไปในชีวิตประจำวัน  
เท่านั้น ไม่ได้มุ่งทำหน้าที่แทนแพทย์ เป็นการให้คำแนะนำซึ่งคุณมักได้รับฟัง  
จากแพทย์ในแบบที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายและไม่ต้องเดินทางให้ยุ่งยากนั่นเอง

แต่ถ้าคุณกังวลและรับมือกับปัญหาไม่ได้ ควรไปพบแพทย์หรือไป  
โรงพยาบาลเท่านั้น เหมือนกับผู้ป่วยที่มีปัญหาสุขภาพร้ายแรง เช่น โรคปอด  
ชั้นรุนแรง โรคหัวใจ ไตวาย เบาหวาน โรคตับ โรคมะเร็ง หรือโรคเอดส์  
เพื่อลดความเสี่ยงที่อาการอาจรุนแรงมากขึ้น



“จำไว้ว่า ‘เด็ก ๆ’ ในหนังสือเล่มนี้  
หมายถึงถึงเด็กอายุต่ำกว่า 16 ปี”

# ใช้ให้ถูก ใช้ให้เป็น

1. เลือกหัวข้อและอ่านให้ละเอียดตั้งแต่ต้นจนจบก่อนทำตาม
2. ประเมินและทบทวนว่าทุกคนในบ้านปฏิบัติตัวอย่างไรระหว่างเจ็บป่วย
3. ปรีกษาแพทย์หรือไปโรงพยาบาลทันทีถ้าอาการแยลงอย่างรวดเร็ว ส่วนผู้ที่อาการหนักควรส่งไปพบแพทย์ทันที
4. อ่านทบทวนก่อนนำไปใช้ในสถานการณ์ฉุกเฉิน หน้าคำแนะนำประจำบ้านจะช่วยให้คุณตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ยาที่ต้องการจากร้านขายยาได้

คุณต้องตอบคำถามทั้งหมดในแผนภาพว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” จะเป็นประโยชน์มากถ้าอ่านไล่ตามลูกศร

## ของจำเป็น

### มีไว้...มีแต่ได้กับได้

เก็บหนังสือเล่มนี้ไว้ในที่ที่หยิบใช้และค้นหาได้สะดวกทุกครั้งที่มปัญหาสุขภาพ หรือพกดติดตัวเวลาเดินทางไปพักผ่อนก็นับเป็นความคิดที่ดี เพราะจะช่วยให้คุณไม่ต้องไปโรงพยาบาลหรือพบแพทย์โดยไม่จำเป็น

### อุปกรณ์ที่ควรมีติดบ้าน

ชีวิตสุขภาพได้ง่ายขึ้นแน่นอน ถ้ามีอุปกรณ์หรือเวชภัณฑ์ที่เหมาะสม คุณจึงจำเป็นต้องมีเครื่องวัดไข้ยงดี เพราะการทาบหลังมีอบบนหน้าผากนั้นให้ข้อมูลที่คลาดเคลื่อน เครื่องวัดไข้อิเล็กทรอนิกส์ระบบดิจิทัลที่ดีที่สุด รองลงมาคือปรอทวัดไข้แท่งแก้ว คุณควรมีปรอทติดบ้าน 2 อัน อันหนึ่งสำหรับสอดใต้ลิ้น อีกอันหนึ่งสำหรับสอดทงทวารหนัก ส่วนเครื่องวัดไข้แบบแถบวัดให้ค่าไม่แม่นยำ ไม่น่าเชื่อถือ และเครื่องวัดอุณหภูมิทางหูก็ให้ผลที่ไม่ค่อยแม่นยำเช่นกัน (อ่านข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีวัดอุณหภูมิหน้า 11)



# อาการไข้ของทุกวัย

°F

°C

104.0

40.0

103.0

39.5

102.0

39.0

101.0

38.5

100.4

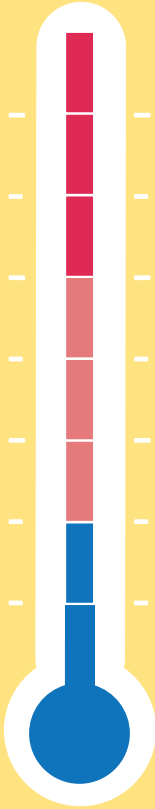
38.0

99.5

37.5

98.6

37.0



วัดทางปาก

ไข้สูง

มีไข้

ปกติ

°F

°C

104.0

40.0

103.0

39.5

102.0

39.0

101.0

38.5

100.4

38.0

99.5

37.5

98.6

37.0



วัดทางทวารหนัก



“รู้หรือไม่ว่าการมีไข้อาจช่วยให้ร่างกายต้านทานการติดเชื้อโรคต่างๆได้ เราจึงมักรู้สึกสดชื่นขึ้นเมื่อหายไข้”

# ไข้

## มารู้จัก “ไข้” กันก่อน



ไข้ (fever) คือ อาการที่ร่างกายมีอุณหภูมิสูงขึ้น อันเนื่องมาจากการติดเชื้อ โดยปกติอาการไข้ไม่สร้างปัญหาแต่อย่างใด (จึงไม่จำเป็นต้องรักษา) ไข้เป็นกระบวนการหนึ่งที่ร่างกายใช้ต่อสู้กับเชื้อโรค เราจึงมักรู้สึกสบายขึ้นเมื่อหายไข้ อย่างไรก็ตาม อาการไข้มักกระตุ้นให้เราต้องค้นหาสาเหตุของการติดเชื้อ ถ้ามีไข้สูงหรือยังมีอาการไข้เป็นเวลานานทั้งที่รักษาตัวเองที่บ้านแล้ว ขอแนะนำให้ไปพบแพทย์ ส่วนเด็กอายุต่ำกว่า 3 เดือนบางคนจำเป็นต้องใช้ยารักษา เพราะมีโรคร้ายแรงต่อเนื่อง นอกจากนี้ เด็กที่เพิ่งผ่านการผ่าตัดไปไม่นาน ควรขอคำแนะนำจากแพทย์ทุกครั้งเมื่อมีไข้

## อาการไข้คืออะไร

	ปกติ	มีไข้	ไข้สูง
<b>อุณหภูมิวัดทางปาก</b>	37.5°C (99.5°F)	37.5-39.0°C 99.5-102°F	เกิน 39.0°C เกิน 102°F
<b>อุณหภูมิวัดทางทวารหนัก</b>	38.0°C (100.4°F)	38.0-39.5°C 100.4-103°F	เกิน 39.5°C เกิน 103°F

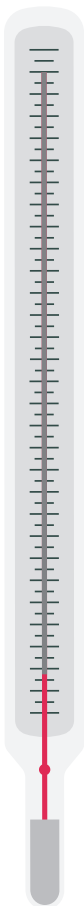
“อุณหภูมิของร่างกายอาจสูงขึ้นเมื่อคุณออกกำลังกาย ใส่เสื้อผ้าหนาเกินไป หลังอาบน้ำอุ่น หรือสภาพอากาศร้อนจัด ดังนั้น ควรวัดอุณหภูมิของร่างกายใหม่ทุก 30-60 นาที เพื่อความแน่ใจว่าคุณมีอาการไข้จริงๆ”



## วิธีวัดอุณหภูมิ

วิธีวัดอุณหภูมิที่ถูกต้อง คุณจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ที่เหมาะสม ไม่ควรปักใจเชื่อความรู้สึกจากการอังหน้าผาก (ดังที่กล่าวในหน้า 9) หมอขอแนะนำให้คุณใช้เครื่องวัดไข้อิเล็กทรอนิกส์หรือปรอทวัดไข้แท่งแก้ว ซึ่งให้ค่าแม่นยำที่สุดในการวัดทางปากหรือทางทวารหนัก

ควรตรวจดูเครื่องวัดอุณหภูมิก่อนใช้งาน ให้สังเกตดูปรอทและแอลกอฮอล์ที่อยู่ในแท่งแก้ว จากตารางด้านบน อุณหภูมิที่วัดทางปากอาจต่ำกว่าอุณหภูมิที่วัดทางทวารหนัก เพราะการหายใจทำให้อุณหภูมิในปากเย็นลง คุณต้องแน่ใจว่าสับัดปรอทให้อยู่ต่ำกว่า 37°C หรือ 99°F ก่อนการใช้งานเสมอ



### การวัดอุณหภูมิทางปาก

อาจใช้ในเด็กโตหรือผู้ใหญ่ เครื่องวัดอุณหภูมิทางปากอาจให้ค่าสูงหรือต่ำลง ขึ้นอยู่กับเครื่องต้มร้อนหรือเย็นที่เพิ่งดื่มเข้าไป ให้รอประมาณ 10 นาทีหลังดื่มเครื่องดื่ม จึงค่อยวัดอุณหภูมิทางปาก

### การวัดอุณหภูมิทางทวารหนัก

แม่นยำกว่าและควรใช้ถ้าเป็นไปได้ เป็นวิธีวัดอุณหภูมิที่ดีที่สุด ในเด็กเล็กที่อาจไม่ให้ความร่วมมือในการวัดอุณหภูมิทางปากหรือในเด็กบางรายที่อาจกััดปรอทได้

“การวัดอุณหภูมิทางทวารหนักไม่เป็นอันตรายใดๆ ต่อเด็ก”

## วิธีวัดอุณหภูมิทางทวารหนัก

1. ให้เด็กนอนคว่ำบนตัก
2. ทาวาสลินหรือสารหล่อลื่นชนิดอื่น ๆ บนปรอทวัดไข้
3. ให้ถือปรอทวัดไข้ห่างจากปลายแท่งประมาณ 1 นิ้ว เพื่อป้องกันไม่ให้สอดเข้าไปเกิน 1 นิ้ว แล้วค่อยๆ สอดเข้าไปในทวารหนัก อย่าฝืนใช้แรงสอดเข้าไป
4. อ่านอุณหภูมิหลังสอดปรอทวัดไข้เข้าไป 2 นาที หรือได้ยินเสียง "บี๊บ" เมื่อใช้เครื่องวัดอุณหภูมิอิเล็กทรอนิกส์

“วิธีวัดอุณหภูมิใต้รักแร้และแถบวัดอุณหภูมิให้ค่าไม่แม่นยำ ไม่แนะนำให้ใช้”

## วิธีวัดอุณหภูมิทางปาก

1. วางปรอทวัดไข้ใต้ลิ้นด้านหนึ่ง
2. ต้องแน่ใจว่าใช้ริมฝีปากเม้มปรอทวัดไข้ ไม่ใช่ฟัน
3. ทิ้งไว้ 3 นาทีก่อนอ่านอุณหภูมิ
4. ถ้าเด็กหายใจทางจมูกไม่ได้เพราะคัดจมูก ให้ดูดทำความสะอาดจมูกก่อนโดยใช้กระเปาะดูดเสมหะอันเล็ก (ถามได้จากเภสัชกร)
5. ระวังอย่าหายใจทางปากขณะวัดอุณหภูมิ เพราะจะทำให้อุณหภูมิลดลง ส่งผลให้ค่าของอุณหภูมิที่วัดได้ไม่แม่นยำ







# อาการไข้ของทุกวัย

## ไข้

ศึกษาวิธีวัดอุณหภูมิหน้า 12-13

### เริ่มที่นี่

เมื่อสงสัยว่าจะมีไข้ ให้วัดอุณหภูมิทันที!



อุณหภูมิทางปากต่ำกว่า  $37.5^{\circ}\text{C}$  ( $99.5^{\circ}\text{F}$ )  
หรืออุณหภูมิทางทวารหนักต่ำกว่า  $38.0^{\circ}\text{C}$  ( $100.4^{\circ}\text{F}$ )



เด็กอายุต่ำกว่า 3 เดือนหรือไม่ เด็กหรือผู้ใหญ่มีโรคร้ายแรง



เด็กมีท่าทางป่วยหนักหรือไม่ คุณหรือเด็กบ่นปวดศีรษะรุนแรง  
หรือเด็กดูเหมือนมีอาการป่วยหนัก



เด็กมีท่าทางเบิกบานและสบายดี



ทำตาม “คำแนะนำประจำบ้าน” หน้า 16



### 2 ชั่วโมงหลังการรักษา

อุณหภูมิเมื่อวัดทางทวารหนักสูงกว่า  $39^{\circ}\text{C}$  ( $102^{\circ}\text{F}$ )  
หรือเมื่อวัดทางปากสูงกว่า  $38.5^{\circ}\text{C}$  ( $101^{\circ}\text{F}$ )  
หรือเด็ก/ผู้ใหญ่มีท่าทางป่วยหนัก



มีไข้นานกว่า 3 วัน



ทำตาม “คำแนะนำประจำบ้าน” ต่อ และพิจารณาใหม่ใน 4 ชั่วโมง



กลับไปอ่านมารู้จักอาการ “ไข้” (หน้า 11) กันก่อน  
หรือพลิกอ่านหน้าที่เกี่ยวกับอาการอื่น ๆ

ใช่

ฉีดอุณหภูมิซ้ำ  
ใน 4 ชั่วโมง  
แล้วพลิกกลับไป  
อ่านหน้า 12-13

ใช่

รักษาด้วยยาแก้ไอ  
(อ่านหน้า 18-19 และ 131)  
แล้วไปพบแพทย์  
หรือไปโรงพยาบาลทันที



ใช่

ใช่

กระตุ้นให้เด็กดื่มน้ำและน้ำผลไม้  
แล้วฉีดอุณหภูมิใน 4 ชั่วโมง

ใช่

ไปพบแพทย์  
หรือไปโรงพยาบาล





## คำแนะนำประจำบ้าน บรรเทาอาการได้ง่ายๆ<sup>1</sup>

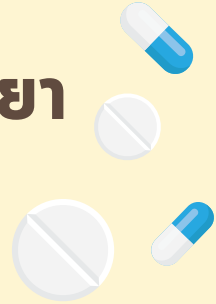
1. เมื่อเด็กมีไข้ ให้สวมใส่เสื้อผ้าที่สบายๆ และอย่าห่มผ้าหลายชั้น
2. ถ้าเด็กหรือผู้ใหญ่เริ่มมีอาการหนาวสั่น ให้สวมเสื้อผ้าอุ่นๆ จนกว่าจะหยุดหนาวสั่น แล้วค่อยกลับมาสวมเสื้อผ้าเบาสบายอีกครั้ง
3. กินยาอะเซตามิโนเฟน (Tylenol หรือชื่อการค้าอื่นๆ) ทุก 4 ชั่วโมง ถ้าอุณหภูมิร่างกายเด็กสูง (อ่านตารางแสดงปริมาณการให้ยาที่เหมาะสมหน้า 20–21) อาจใช้ยาไอบูโพรเฟน (Advil Motrin หรือชื่อการค้าอื่นๆ) แทนอะเซตามิโนเฟนได้ โดยกินยาทุก 6–8 ชั่วโมง จำไว้ว่าอย่าใช้ยาประเภท ASA [แอสไพริน (Aspirin) หรือชื่อการค้าอื่นๆ] กับผู้ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี (อ่านหน้า 131)
4. ถ้าเด็กหรือผู้ใหญ่อาเจียนหลังกินยาแก้ปวดหรือลดไข้ ควรใช้ยาอะเซตามิโนเฟนประเภทเหน็บแทน (สอดทางทวารหนัก) โดยถามรายละเอียดจากเภสัชกร
5. หอมขอแนะนำว่าอย่าใช้ฟองน้ำชุบน้ำแล้วเช็ดตัวเด็กที่มีไข้ แม้ว่าการเช็ดตัวด้วยฟองน้ำช่วยลดอุณหภูมิร่างกายของเด็กได้ แต่ขณะเดียวกันก็ทำให้เด็กหลายคนไม่สบายตัว นอกจากนี้ไม่ควรอาบน้ำขณะมีไข้ เพราะอาจเป็นสาเหตุให้เกิดอาการหนาวสั่นซึ่งอาจทำให้อุณหภูมิเพิ่มขึ้นอีกได้
6. กระตุ้นให้เด็กหรือผู้ใหญ่ดื่มน้ำมากๆ เพื่อทดแทนน้ำที่ร่างกายสูญเสียไปขณะมีไข้
7. วัดอุณหภูมิร่างกายทุก 4 ชั่วโมง และวัดเมื่อรู้สึกว่ามีไข้สูงขึ้นอย่างชัดเจน

<sup>1</sup> ถ้าเด็กหรือผู้ใหญ่บ่นเจ็บคอ ไอ ปวดหู หรือมีปัญหาอื่นๆ ให้อ่านหัวข้อเหล่านี้ด้วย



# ข้อควรรู้เกี่ยวกับการใช้ยา

## การใช้ตารางตรวจสอบปริมาณยา เทียบกับน้ำหนักตัว



การใช้ตารางจำแนกอายุตัดสินเรื่องปริมาณการใช้ยา ทำให้เด็กที่มีน้ำหนักมากกว่าเด็กในกลุ่มอายุเดียวกันมักได้รับปริมาณยาน้อยเกินไปเสมอ หากคุณมั่นใจในการคำนวณคณิตศาสตร์พื้นฐานของตัวเองและรู้น้ำหนักที่แท้จริงของเด็ก คุณก็คำนวณปริมาณยาที่ถูกต้องได้ เพราะแพทย์มักสั่งยาในปริมาณที่เหมาะสมด้วยการนำน้ำหนักของเด็กโดยมีหน่วยเป็นกิโลกรัม คูณด้วย 15 หรือนำน้ำหนักหน่วยเป็นปอนด์ คูณกับ 6.5 วิธีนี้ทำให้ได้ปริมาณอะเซตามิโนเฟนเป็นมิลลิกรัมต่อปริมาณยาที่ควรได้รับ 1 ครั้ง อีกวิธีหนึ่ง คุณคำนวณเลือกปริมาณยาน้ำหรือจำนวนยาเม็ดที่ต้องการจากตารางหน้าถัดไปได้

ตัวอย่างเช่น เด็กน้ำหนัก 20 ปอนด์  $\times$  6.5 มิลลิกรัม/ปอนด์ = 130 มิลลิกรัม การคำนวณวิธีนี้อาจลดลงมาเป็น 120 มิลลิกรัม เพื่อให้ยาในปริมาณที่เหมาะสม



“ควรอ่านตารางแสดงปริมาณการใช้ยา  
หน้า 18-19 ก่อนให้ยาเด็ก”





## ตารางแสดงปริมาณการใช้ยาอะเซตามิโนเฟน

น้ำหนักตัว		ปริมาณยา ทุก 4 ชั่วโมง						
กิโลกรัม	ปอนด์		80 มก./ 1 มล. <sup>2</sup>	160 มก./ 5 มล.	ยาเม็ด 80 มก.	ยาเม็ด 160 มก. เด็กโต	ยาเม็ด 325 มก. ปกติ	ยาเม็ด 500 มก. เข้มเข้มพิเศษ
<5	7-10	40 มก.	0.5 มล.	1.25 มล.	$\frac{1}{2}$ เม็ด	-	-	-
5-8	10-18	80 มก.	1.0 มล.	2.5 มล.	1 เม็ด	$\frac{1}{2}$ เม็ด	-	-
8-12	18-26	120 มก.	1.5 มล.	4.0 มล.	$1\frac{1}{2}$ เม็ด	-	-	-
12-16	26-35	160 มก.	2.0 มล.	5.0 มล.	2 เม็ด	1 เม็ด	$\frac{1}{2}$ เม็ด	-
16-20	35-45	240 มก.	3.0 มล.	7.5 มล.	3 เม็ด	$1\frac{1}{2}$ เม็ด	-	-
20-25	45-55	320 มก.	4.0 มล.	10.0 มล.	4 เม็ด	2 เม็ด	1 เม็ด	-
25-30	55-65	400 มก.	5.0 มล.	12.5 มล.	5 เม็ด	$2\frac{1}{2}$ เม็ด	-	-
30-36	65-80	480 มก.	-	15.0 มล.	6 เม็ด	3 เม็ด	$1\frac{1}{2}$ เม็ด	1 เม็ด
36-44	80-95	560 มก.	-	17.5 มล.	7 เม็ด	$3\frac{1}{2}$ เม็ด	$1\frac{3}{4}$ เม็ด	1 เม็ด
44-65	95-145	650 มก.	-	-	-	4 เม็ด	2 เม็ด	$1\frac{1}{2}$ เม็ด
65+	145+	650-1,000 มก.	-	-	-	-	2-3 เม็ด	2 เม็ด

“อ่านตารางเปรียบเทียบน้ำหนัก และศึกษารูปแบบยาอะเซตามิโนเฟน  
ที่เหมาะสมที่สุด จะช่วยให้คุณเลือกซื้อยาได้อย่างถูกต้อง”

<sup>2</sup> 5 มิลลิลิตร = 1 ช้อนโต๊ะ

## ตารางแสดงปริมาณการใช้ยาไอบูโพรเฟน

น้ำหนักตัว				
กิโลกรัม	ปอนด์	ปริมาณยา ทุก 6 ชั่วโมง	100 มก./5 มล.	ยาเม็ด 200 มก.
<5	7-10	40 มก.	2 มล. หรือ $\frac{1}{2}$ ชต.	-
5-8	10-18	60 มก.	3 มล. หรือ $\frac{1}{2}$ ชต.	-
8-12	18-25	100 มก.	5 มล. หรือ 1 ชต.	$\frac{1}{2}$ เม็ด
12-14	26-30	140 มก.	7 มล. หรือ $1\frac{1}{2}$ ชต.	$\frac{3}{4}$ เม็ด
14-16	30-35	150 มก.	8 มล. หรือ $1\frac{1}{2}$ ชต.	$\frac{3}{4}$ เม็ด
16-20	35-45	170 มก.	9 มล. หรือ $1\frac{3}{4}$ ชต.	$\frac{3}{4}$ เม็ด
20-25	45-55	200 มก.	10 มล. หรือ 2 ชต.	1 เม็ด
25-35	55-75	300 มก.	15 มล. หรือ 3 ชต.	$1\frac{1}{2}$ เม็ด
35-60	75-125	400 มก.	20 มล. หรือ 4 ชต.	2 เม็ด
60-70	125-150	ไม่เกิน 600 มก.	-	ไม่เกิน 3 เม็ด
70-90	125-150	ไม่เกิน 800 มก.	-	ไม่เกิน 4 เม็ด
90+	200+	800 มก.	-	4 เม็ด

ปริมาณการใช้ยาไอบูโพรเฟนควรขึ้นอยู่กับน้ำหนักของแต่ละคน เพราะถ้าใช้เกินอายุเป็นเครื่องตัดสินปริมาณยาที่ควรใช้ คุณอาจให้ยาเด็กโตบางคนในกลุ่มอายุนั้นน้อยเกินไป (ถ้าเขาน้ำหนักตัวมากกว่าเกณฑ์ปกติ) ปริมาณยาไอบูโพรเฟนคือ 10 มิลลิกรัม/น้ำหนัก 1 กิโลกรัม (2 ปอนด์) และควรให้ยาทุก 6 ชั่วโมง