



kurs
kompis

NE227 Angst og farmakoterapi



kurs
kompis

NE227 Angst og farmakoterapi

Det kan være nyttig å trene på kommunikasjon etter et e-læringskurs. Kurskompis gir deg muligheten til dette! Med et ferdig opplegg kan du trene på å omsette teori til praksis, enten alene eller sammen med andre.

Kurskompis tar inntil 30 minutter å gjennomføre, og er en frivillig aktivitet.



Kommunikasjonstrening

Med kommunikasjonstrening som er laget til dette kurset kan du trene på å bruke det du har lært i møte med kunden. God kommunikasjon handler både om hva du sier, og hvordan du sier det. Du får muligheten til å trene på helt konkrete situasjoner med en kollega som spiller kunden. Ved å gi hverandre tilbakemeldinger og diskutere etterpå, vil du bli enda bedre.

Tips til gjennomføring

- Gjennomfør e-læringskurset først
- Velg en som leder treningen
- Skriv ut Kurskompis (ensidig utskrift, arkene skal klippes opp)
- Sett av tid (30 min), enten i sammenheng eller delt opp i mindre bolker
- Ikke les gjennom rollebeskrivelsene før du får dem tildelt
- Siden en treningssituasjon kan føles litt kunstig, vær raus med deg selv og andre.



Kommunikasjonstrening

I kurset «NE227 Angst og farmakoterapi» har du lært om vanlige utfordringer i legemiddelbehandlingen og hvordan du kan bidra til riktig bruk av legemidler ved angst.

God faglig veiledning er både å gi informasjon uoppfordret, og å svare på spørsmål og bekymringer som pasienten kan ha. Dette kan du trene på nå.

Nedenfor finner du tre kundesituasjoner som er ment å trene på i grupper på tre personer, men det går også an å være to. Alle som trener skal være apotekansatt en gang.

Hvis dere er tre personer, ruller dere på å være apotekansatt, kunde og observatør. Observatøren sørger for å holde tiden som er satt av til forberedelser, samtale og oppsummering. Dersom dere er to, bytter dere på å være apotekansatt og kunde. Etter samtalen leder kunden oppsummeringen ved bruk av spørsmålene på skjemaet for «observatør».

Praktisk gjennomføring

Klipp opp kundesituasjonene.

Forberedelser – 1 min:

Fordel rollene og les gjennom din rollebeskrivelse.

Samtale – 3 min:

Spill ut kundesituasjonen.

Oppsummering – 4 min:

Observatøren leder. Først sier den apotekansatte og kunden hvordan samtalen gikk. Deretter gir observatøren tilbakemelding på noe den apotekansatte gjorde bra, og noe den apotekansatte kunne gjort bedre.

Tips! Om det er flere grupper som trener samtidig kan det være fint med en kort felles oppsummering helt til slutt: Hva er det viktigste vi har lært?

Kundesituasjon 1

Apotekansatt 1

Du ekspederer Tekaya, 45 år, som kommer med resept på:

Cipralex 10 mg no: 98, «Mot Angst, 1 tablett daglig».

Han har ikke hentet dette legemiddelet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemiddelet.



Kunde 1

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du heter Tekaya, er 45 år, og har resept på et legemiddel som du ikke har hentet tidligere:

Cipralex 10 mg no: 98, «Mot Angst, 1 tablett daglig».

Dette vet bare du:

- Du har nylig fått diagnosen generalisert angstlidelse.

Du har frihet til å dikte hvis den apotekansatte spør om noe annet.



Observatør 1

Tekaya, 45 år, kommer med resept på:

Cipralex 10 mg no: 98, «Mot Angst, 1 tablett daglig».

Han har ikke hentet dette legemiddelet tidligere.

UNDER SAMTALEN

Hvordan opplever du den faglige veiledningen?

- Blir behov for informasjon avdekket?
- Hvilke råd/informasjon blir gitt?

ETTER SAMTALEN

Observatør spør den apotekansatte - 1 min:

«Hvordan synes du kundemøtet gikk?»

Observatør spør kunden - 1 min:

«Hvordan opplevde du kundemøtet?»

Observatør - 2 min:

- Si en ting som den apotekansatte gjorde bra.
- Si en ting som den apotekansatte kunne gjort bedre.

Aktuell faglig veiledning:

Kartlegge:

- informasjonsbehov ved oppstart av nytt legemiddel

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- hvordan legemiddelet virker (tid før effekt, behandlingens varighet, konsekvenser av autoseponering)
- vanlige bivirkninger ved oppstart (kvalme, diaré og hodepine osv.)
- de fleste bivirkninger er forbigående
- det kan ta tid før effekten inntreffer for fullt (4 uker)
- oppfordre til å kontakte lege ved utilstrekkelig effekt eller ved plagsomme bivirkninger som ikke går over

Kundesituasjon 2

Apotekansatt 2

Du ekspederer Elly, 25 år, som kommer med resept på:
[Efexor Depot 75 mg no: 98, «Mot Angst, 1 kapsel daglig»](#).
Hun har hentet dette legemiddelet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemiddelet.



Kunde 2

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du er Elly, 25 år, og har resept på:
[Efexor Depot 75 mg no: 98, «Mot Angst, 1 kapsel daglig»](#).
Du har hentet dette legemiddelet tidligere.

Dette vet bare du:

- Du tar Efexor Depot på kvelden.
- Du har brukt Efexor Depot av og på i noen uker etter oppstart på grunn av innsovningsproblemer.
- Du husker at legen nevnte bivirkninger som kvalme og hodepine, men du har heldigvis unngått dem.

Du har frihet til å dikte hvis den apotekansatte spør om noe annet.



Observatør 2

Elly, 25 år, kommer med resept på:
[Efexor Depot 75 mg no: 98, «Mot Angst, 1 kapsel daglig»](#).
Hun har hentet dette legemiddelet tidligere.

UNDER SAMTALEN

Hvordan opplever du den faglige veiledningen?

- Blir behov for informasjon avdekket?
- Hvilke råd/informasjon blir gitt?

ETTER SAMTALEN

Observatør spør den apotekansatte - 1 min:
«Hvordan synes du kundemøtet gikk?»

Observatør spør kunden - 1 min:
«Hvordan opplevde du kundemøtet?»

- Observatør - 2 min:*
- Si en ting som den apotekansatte gjorde bra.
 - Si en ting som den apotekansatte kunne gjort bedre.

Aktuell faglig veiledning:

Kartlegge:

- hvordan legemidlene brukes
- ev. bivirkninger

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- oppfordre henne til å prøve å ta Efexor Depot morgen for å se om hun sovner lettere
- anbefale å kontakte legen hvis det ikke bedrer seg

Kundesituasjon 3

Apotekansatt 3

Du ekspederer Patrik, 62 år, som kommer med resept på:

Seroxat 40 mg no: 100, «Mot Angst, 2 kapsler daglig».

Han har hentet dette legemiddelet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemiddelet.



Kunde 3

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du er Patrik, 62 år, og har resept på:

Seroxat 40 mg no: 100, «Mot Angst, 2 kapsler daglig».

Du har hentet dette legemiddelet tidligere.

Dette vet bare du:

- Du har i samråd med lege kommet frem til at behandlingen skal avsluttes.
- Legen ga deg en plan over hvordan du skulle trappe ned, men den har du mistet.
- Du har tidligere bråseponert et SSRI, og ble veldig dårlig med hodepine, elektriske støt, svimmelhet og hodepine. Du er redd for at det samme skal skje igjen.

Du har frihet til å dikte hvis den apotekansatte spør om noe annet.



Observatør 3

Patrik, 62 år, kommer med resept på:

Seroxat 40 mg no: 100, «Mot Angst, 2 kapsler daglig».

Han har hentet dette legemiddelet tidligere.

UNDER SAMTALEN

Hvordan opplever du den faglige veiledningen?

- Blir behov for informasjon avdekket?
- Hvilke råd/informasjon blir gitt?

ETTER SAMTALEN

Observatør spør den apotekansatte - 1 min:

«Hvordan synes du kundemøtet gikk?»

Observatør spør kunden - 1 min:

«Hvordan opplevde du kundemøtet?»

Observatør - 2 min:

- Si en ting som den apotekansatte gjorde bra.
- Si en ting som den apotekansatte kunne gjort bedre.

Aktuell faglig veiledning:

Kartlegge:

- avslutning av behandlingen, og at han har mistet nedtrappingsplanen
- nervøsitet for avslutning

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- oppfordre til å kontakte lege for nedtrappingsplan
- ved sakte nedtrapping vil seponeringssymptomer som han opplevde sist, mest sannsynlig ikke oppstå
- anbefale å kontakte lege ved ev. ubehag som kan knyttes til nedtrapping av behandlingen.