



kurs  
kompis

NE229 Migrene og farmakoterapi



kurs  
kompis

## NE229 Migrene 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 «NE229 Migrene og farmakoterapi» har du lært om vanlige utfordringer i legemiddelbehandlingen og hvordan du kan bidra til riktig bruk av legemidler ved migrene.

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 Elly, 25 år, som kommer med resept på:  
**Relpax 40 mg no: 6, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».**  
Hun har ikke hentet dette legemidlet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemidlet.



## Kunde 1

*Dette vet den apotekansatte om deg:*

Du er Elly, 25 år, og har resept på:  
**Relpax 40 mg no: 6, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».**  
Du har ikke hentet dette legemidlet tidligere.

*Dette vet bare du:*

- Du har nylig fått diagnosen migrene.

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



## Observatør 1

Elly, 25 år, kommer med resept på:  
**Relpax 40 mg no: 6, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».**  
Hun har ikke hentet dette legemidlet 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 legemidlet virker (tid før effekt, tas så tidlig som mulig når man merker hodepineanfallet, når ny dose ev. kan tas, maks 8-10 dager behandling per md.).
- At mange må prøve ut ulike typer triptaner og ulike administrasjonsformer.
- Anbefale hodepinedagbok når man prøver ut/endrer legemiddel.
- Når lege ev. bør kontaktes.

## Kundesituasjon 2

### Apotekansatt 2

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

Naramig 2,5 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Metoprolol 50 mg no: 100 «Mot Migrene, 1 tablett daglig i 1 uke, deretter opptrapping som avtalt med legen».

Hun har hentet Naramig tidligere. Snakk med pasienten om riktig bruk av legemidlene.



### Kunde 2

*Dette vet den apotekansatte om deg:*

Du er Pia, 45 år, og har resept på:

Naramig 2,5 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Metoprolol 50 mg no: 100 «Mot Migrene, 1 tablett daglig i 1 uke, deretter opptrapping som avtalt med legen». Du har hentet Naramig tidligere.

*Dette vet bare du:*

- Du har i samråd med legen kommet frem til at du skal prøve forebyggende behandling.
- Du er skeptisk til fast bruk av betablokker pga. bivirkninger.
- Du har fått opptrappingsskjema av legen med 50 mg x 1 i 1 uke, deretter 50 mg x 2 til kontroll.

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



### Observatør 2

Pia, 45 år, kommer med resept på:

Naramig 2,5 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Metoprolol 50 mg no: 100 «Mot Migrene, 1 tablett daglig i 1 uke, deretter opptrapping som avtalt med legen».

Hun har hentet Naramig 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.
- Kjennskap til at hun får forebyggende
- Ev. spm. om det nye legemidlet

#### **Gi tilpassede råd og informasjon om:**

- Hvordan legemidlet virker (tid før effekt, tas fast daglig, opptrapping).
- Trygge henne med at opptrapping gjøres for å forebygge bivirkninger.
- At det finnes ulike typer triptaner og administrasjonsformer.
- Hodepinedagbok for å følge med på anfallsmønster etter oppstart med forebyggende.
- Presisere at hun skal fortsette med Naramig (ev. annen anfallsmedisin).
- Når lege ev. bør kontaktes.

## Kundesituasjon 3

### Apotekansatt 3

Du ekspederer Kim, 52 år, som kommer med resept på:  
Imigran 50 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Han har hentet legemidlet tidligere.



### Kunde 3

*Dette vet den apotekansatte om deg:*

Du er Kim, 52 år, og har resept på:

Imigran 50 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Du har hentet legemidlet tidligere.

*Dette vet bare du:*

- Antall migreaneanfall har økt det siste halvåret, og du er nå oppe i 15–20 hodepinedager/md.
- Du bruker Ibox tabletter og Fenazon-Koffein tabletter hver gang du har anfall. Imigran tar du maks 1 dag per uke.
- Du er bekymret for økt frekvens og intensitet av hodepineanfallene, og overforbruk av Imigran.

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



### Observatør 3

Kim, 52 år, kommer med resept på:

Imigran 50 mg no: 18, «Mot Migrene, 1 tablett ved anfall».

Du har hentet legemidlet 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:

- Avdekke økt frekvens og intensitet av anfall, og bekymring rundt dette.
- Avdekke bruk av reseptfrie smertestillende og bruksmønster av Imigran.

#### Gi tilpassede råd og informasjon om:

- Om han har snakket med legen om økt anfallshyppighet eller "kun fornyer resept ved behov".
- Hva han vet om forebyggende behandling.
- Informere om at det kan være behov for forebyggende.
- Når lege ev. bør kontaktes.