



kurs
kompis

HJ221 Blodtrykkssenkende behandling



kurs
kompis

HJ221 Blodtrykssenkende behandling

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.

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 sammenhengende 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 «HJ221 Blodtrykksenkende behandling» lærte dere hvilke blodtrykksenkende legemidler som brukes i behandlingen av høyt blodtrykk, og hvilke råd dere kan gi pasienter som kommer for å hente ut blodtrykksenkende legemidler.

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

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

Hvis dere er tre personer, rullerer dere på å ha rollen som 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 Terje, 55 år, som kommer med resept på:
[Cozaar Comp no: 100](#), «Mot hypertensjon, 1 tablett daglig».
Han har ikke hentet dette legemidlet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemidlet.



Kunde 1

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du heter Terje, er 55 år, og har resept på et legemiddel som du ikke har hentet tidligere:
[Cozaar Comp no: 100](#), «Mot hypertensjon, 1 tablett daglig».

Dette vet bare du:

- Du har nylig fått diagnosen hypertensjon.

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



Observatør 1

Terje, 55 år, kommer med resept på:
[Cozaar Comp no: 100](#), «Mot hypertensjon, 1 tablett daglig».
Han 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:

- hvilken informasjon han har fått om legemidlet
- udekkede informasjonsbehov
- bruk av andre legemidler/
kosttilskudd/naturmidler/natur-
legemidler

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- hvordan legemidlet virker
- hvis tretthet og svimmelhet oppstår, kan det forebygges ved å ta tablett til mat, reise seg langsomt
- at de fleste bivirkningene er forbigående
- hvordan det skal tas, gjerne morgen for å unngå økt vannlatning på natta

Kundesituasjon 2

Apotekansatt 2

Du ekspederer Britt-Eli, 77 år, som kommer med resept på:
Amlodipin tab. 10 mg no: 98, «Mot høyt blodtrykk. 1 tablett daglig».
Hun har hentet dette legemidlet tidligere.

Snakk med pasienten om riktig bruk av legemidlet.



Kunde 2

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du er Britt-Eli, 77 år, og har resept på et legemiddel som du har hentet tidligere:
Amlodipin tab. 10 mg no: 98, «Mot høyt blodtrykk. 1 tablett daglig».

Dette vet bare du:

- Du er mye plaget med svimmelhet, spesielt når du har ligget i sengen og skal reise deg.
- Du har osteoporose og behandles med Forsteo og Calcigran Forte.
- Du tar vanligvis 1 tablett amlodipin morgen, men har innimellom tatt kun halv tablett for å se om svimmelheten bedret seg.

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



Observatør 2

Britt-Eli, 77 år, kommer med resept på:
Amlodipin tab. 10 mg no: 98, «Mot høyt blodtrykk. 1 tablett daglig».
Hun har 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:

- hvordan legemidlet brukes
- ev. bekymringer rundt bruken
- bruk av andre legemidler/
kosttilskudd/naturmidler/natur-
legemidler

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- at man ofte ikke merker effekt selv, men at hun kan måle blodtrykket hos legen for å se effekten (ev. måle selv)
- kontakte lege pga. vedvarende svimmelhet

Kundesituasjon 3

Apotekansatt 3

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

Atacand Plus tab. 16/12,5 mg no:98 , «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»,

Lerkanidipin 10 mg «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»

Han har hentet disse legemidlene tidligere. Snakk med pasienten om riktig bruk av legemidlene.



Kunde 3

Dette vet den apotekansatte om deg:

Du er Per, 62 år, og har resept på to legemidler som du har hentet tidligere:

Atacand Plus tab. 16/12,5 mg no:98 , «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»,

Lerkanidipin 10 mg «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»

Dette vet bare du:

- Du plages med «tunge og hovne bein», for å lindre tar du en tablett Ibux 400 mg.

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



Observatør 3

Per, 62 år, kommer med resept på:

Atacand Plus tab. 16/12,5 mg no:98 , «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»,

Lerkanidipin 10 mg «Mot høyt blodtrykk, 1 tablett daglig»

Han har hentet disse legemidlene 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 og når de oppsto
- om noe er prøvd for å lindre plagene
- bruk av andre legemidler/
kosttilskudd/naturmidler/natur-
legemidler

Gi tilpassede råd og informasjon om:

- råd for å lindre tunge og hovne bein
(legge beina høyt)
- presiserer at smertestillende ikke vil
hjelp, men ved behov for
smertestillende bøe paracetamol
brukes
- ev. kontakte lege hvis det ikke bedrer
seg