



kurs  
kompis

NE219 Antidepressiva og farmakoterapi



kurs  
kompis

## NE219 Antidepressiva 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 dere selv og hverandre



## Kommunikasjonstrening

I kurset «NE219 Antidepressiva og farmakoterapi» fikk dere tips til hvordan farmasøyter kan bidra til riktig bruk av antidepressiva. Å veilede kunder er viktig både ved oppstart og ved senere reseptekspedisjoner. Nå skal dere trene på å gjøre dette i kundemøter.

Nedenfor finner dere tre kundesituasjoner som dere kan trene på i grupper på tre personer. Rullér på hvem som er apotekansatt, kunde og observatør, slik at alle kan være apotekansatt en gang.

Målet er at den apotekansatte skal trene på å veilede kunden slik at kunden føler seg trygg på hvordan legemidlene skal brukes riktig.

Observatøren sørger for at tiden som er satt av til forberedelser, dialog og oppsummering, holdes.

Dersom dere er to, er en apotekansatt og en kunde. Etter dialogen leder kunden oppsummeringen som observatør.

### **Forarbeid**

Klipp opp kundesituasjonene.

### **Praktisk gjennomføring**

*Forberedelser – 1 min:*

Fordel rollene og les gjennom din rollebeskrivelse.

*Dialog – 3 min:*

Spill ut kundesituasjonen.

*Oppsummering – 4 min:*

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

## Kundesituasjon 1

### Apotekansatt 1

Du ekspederer Truls, 33 år, som kommer med resept på:  
**Cipralax 10 mg tbl. no 100, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»**  
Han har ikke hentet ut dette tidligere.

Snakk med kunden om riktig bruk av legemiddelet.



### Kunde 1

*Dette vet den apotekansatte om deg:* Du heter Truls, er 33 år og har resept på et antidepressivt legemiddel du ikke har hentet tidligere: **Cipralax 10 mg tbl. no 100, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»**

*Dette vet bare du:*

- Du har slitt med depresjon i noen måneder.
- Avtalen med fastlegen er å ta Cipralax, 1 tablett daglig.
- Du skal tilbake til fastlegen om 4 uker, men håper det nye legemidlet virker raskt for du er langt nede.
- Du har googlet Cipralax på nettet, og har lest at det kan ta tid før effekt, og at noen vil oppleve uro og irritabilitet de første ukene. Du har ikke snakket med fastlegen om dette.

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



### Observatør 1

Truls, 33 år, kommer med resepter på:  
**Cipralax 10 mg tbl. no 100, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»**  
Han har ikke hentet dette legemiddelet tidligere.

### UNDERVEIS I SAMTALEN

*Observer kommunikasjonen og den faglige veiledningen.*

- Blir relevante utfordringer avdekket?
- Hvordan er den faglige veiledningen?
- Hvilke råd blir gitt?

### ETTER DIALOGEN

*Observatør spør den apotekansatte – 1 min:*  
«Hvordan syns du kundemøtet gikk?»

*Observatør sier til 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:*

- Avdekke om kunden vet hvordan det skal brukes og ev. informere om riktig bruk (tid før effekt, behandlingens varighet, konsekvenser av autoseponering)
- Informere om vanlige bivirkninger (kvalme, forstoppelse, hodepine osv.).
- Anbefale å kontakte legen hvis han ikke får god nok effekt.

## Kundesituasjon 2

### Apotekansatt 2

Du ekspederer Sara, 55 år, som kommer med resept på:

Efexor Depot 75 mg no 98, reit 3, «Mot angst, 1 tablett daglig»

Hun har ikke hentet dette tidligere ved apoteket.

Snakk med kunden om riktig bruk av legemiddelet.



### Kunde 3

*Dette vet den apotekansatte om deg:*

Du heter Sara, 55 år, og kommer med resept på:

Efexor Depot 75 mg no 98, reit 3, «Mot angst, 1 tablett daglig»

Du har ikke hentet dette tidligere ved apoteket.

*Dette vet bare du:*

- Du har fått diagnosen generalisert angstlidelse
- Du har fått generell informasjon fra fastlegen, men husker ikke hva hun sa
- Du er redd for å bli avhengig

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



### Observatør 3

Sara, 55 år, kommer med resept på:

Efexor Depot 75 mg no 98, reit 3, «Mot angst, 1 tablett daglig»

Hun har ikke hentet dette tidligere ved apoteket.

### UNDERVEIS I SAMTALEN

*Observer kommunikasjonen og den faglige veiledningen underveis i samtalen.*

- Blir relevante utfordringer avdekket?
- Hvordan er den faglige veiledningen?
- Hvilke råd blir gitt?

### ETTER DIALOGEN

*Observatør spør den apotekansatte – 1 min:*

«Hvordan syns du kundemøtet gikk?»

*Observatør sier til kunden – 1 min:*

«Hvordan opplevde du kundemøtet?»

*Observatør – 2 min:*

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

#### *Aktuell faglig veiledning:*

- Avdekke om kunden vet hvordan det skal brukes og ev. informere om riktig bruk (tid før effekt, behandlingens varighet, konsekvenser av å slutte på egen hånd).
- Informere om vanlige bivirkninger (kvalme, forstoppelse, hodepine osv.).
- Avdekke frykt for avhengighet.
- Informer for å trygge henne, at det tar tid for kroppen å tilpasse seg legemidlet, men at man ikke blir avhengig.
- Anbefale å kontakte legen hvis hun ikke får god nok effekt.

## Kundesituasjon 3

### Apotekansatt 3

Du ekspederer Tina, 35 år, som kommer med resept på:

Cipramil 20 mg no 98, reit 3, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»

Hun har hentet dette en gang tidligere ved apoteket.

Snakk med kunden om riktig bruk av legemiddelet.



### Kunde 3

*Dette vet den apotekansatte om deg:*

Du heter Tina, er 35 år, og kommer med resept på:

Cipramil 20 mg no 98, reit 3, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»

Du har hentet dette en gang tidligere ved apoteket.

*Dette vet bare du:*

- Du tar Cipramil på kvelden.
- Du har brukt Cipramil av og på i noen uker etter oppstart, på grunn av innsovningsproblemer.
- Du har ikke fått informasjon om vanlige bivirkninger.



### Observatør 3

Tina, 35 år, kommer med resept på:

Cipramil 20 mg no 98, reit 3, «Mot depresjon, 1 tablett daglig»

Hun har hentet dette en gang tidligere ved apoteket.

### UNDERVEIS I SAMTALEN

*Observer kommunikasjonen og den faglige veiledningen underveis i samtalen.*

- Blir relevante utfordringer avdekket?
- Hvordan er den faglige veiledningen?
- Hvilke råd blir gitt?

### ETTER DIALOGEN

*Observatør spør den apotekansatte – 1 min:*

«Hvordan syns du kundemøtet gikk?»

*Observatør sier til kunden – 1 min:*

«Hvordan opplevde du kundemøtet?»

*Observatør – 2 min:*

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

#### *Aktuell faglig veiledning:*

- Avdekke om kunden bruker det riktig, ev. informere om riktig bruk (tid før effekt, behandlingens varighet, konsekvenser av å slutte på egen hånd).
- Avdekke bivirkninger
- Oppfordre henne til å prøve å ta Cipramil morgen for å se om hun sovner lettere
- Anbefale å kontakte legen hvis det ikke bedrer seg