

# 第5-1回 服薬教室

# 5-1

薬を服用するための正しいステップと  
薬の自己管理方法について知る

## ◇進め方

1. 挨拶（気分と体調の確認）
2. 宿題の確認
3. 服薬教室の目標とこれまでの学習内容の確認
4. 前回の復習
5. 今日の内容の紹介
6. ビデオ視聴
7. 質疑応答
8. ロールプレイ
9. 質問がないか確かめる
10. 宿題設定と次回の予定確認

## ◇挨拶・体調確認

＜挨拶をかわし、前回の訪問以降の出来事をたずね、気分と体調の変化を確認します。＞

〇〇さん、こんにちは。

前回の訪問以降、何か困ったことはありませんか？

気分や体調はいかがですか？

## ◇宿題（チェック表）の確認

＜チェック表を確認し、努力をほめて継続を促します。＞

〇〇さん、服薬症状チェック表は記入しましたか？

毎日きちんと薬をのんで、具合もよいようですね。

上手に記入できています。引き続き記入してくださいね。

## ◇服薬教室の目標とこれまでの学習内容の確認

<服薬教室の目標確認をして、学習の意欲を高めます。>

<将来の夢（目標）と関連付けることも有効です。>

服薬教室の目標は何であったか覚えていますか？

服薬教室の目標を達成することは、〇〇さんの目標の達成に役立ちますか？

<次に、これまでの学習内容の理解度を確認します。ビデオは観ずに質問します。時間がない時は、理解が不十分であった回や☆印のみでも結構です。>

（例）今までの復習をしますね。第3回の内容ですが、調子が良いのに薬を飲み続けるのはなぜでしょうか？

## ◇前回の復習

<ワークブックの『第4回服薬教室』を開くように促します>

それでは、前回の復習をしましょう。前回は、薬の使用中止による再発の危険性について学びました。前回のビデオを観て、また質問をしますので、注意して観てください。

<タブレットで『第4回服薬教室ビデオ』を視聴します。>

<『第4回服薬教室』の質問を一通りします。時間がない時は☆印だけでもよいです。>

<解答につまったら、タブレットで『第4回服薬教室（回答付き）』を示します。>

何か質問はありませんか？

## ◇今日の内容の紹介

今日の服薬教室では、『薬を服用するための正しいステップと薬の自己管理方法』について学びますので、ワークブックを開いてください。

<ワークブックの『第5-1回服薬教室』を開くように促します。>

今日のビデオは、薬の袋をよく読んで、正しいスケジュールで服薬することが大切であることを説明しています。

観終わったあとで、ここにあるような質問をしますので、注意して観てください。

<ワークブックの『第5-1回服薬教室』を示します>

## ◇ビデオ視聴

<タブレットで、『第5-1回服薬教室ビデオ』を観ます。>

<理解を確かめながら、繰り返し観るのもよいでしょう。>

## ◇質疑応答

いかがですか。もう一度ビデオを観ますか？

では、先ほど示した質問をしますが、よろしいですか？

Q1. 正しい薬の飲み方の最初のステップは何でしょうか？

(薬の袋を注意深く読むことです。)

そうですね。薬の袋に書いてある情報をしっかりと読みましょう。

薬の袋の形式は医療機関や薬局によって異なりますが、情報の内容は同じです。

Q2. どんなスケジュールで飲むとよいでしょうか？

(食事の時に飲むと飲み忘れを防げます。)

Q3. なぜ薬を飲むことを毎日の習慣にすべきなのでしょう？

(定期的に飲むことでよい血中濃度を保つことができます。)

自分のライフスタイルに合わせて、いつも薬を飲んでいる時間に、忘れずに飲んでください。

Q4. でも、もし薬を食事の時に飲めない場合はどうしたらよいでしょうか？

(普通の食事の時間に合わせて飲むとよい。)

その通りです。食事ができないときは、その時間に合わせて薬を飲んでください。

ただし、糖尿病の薬のように食事をしないときは飲んではいけない薬もありますから、食事との関係を主治医と相談しておいてください。

<答えに詰まった時は、タブレットで『第5-1回服薬教室 (回答付き)』を示します。>

## ◇ロールプレイ

<今回の内容について、ロールプレイをします。役割交換をして、スタッフが薬を飲んでいる患者役に、利用者が薬の専門家役になります。>

ではこれからロールプレイをします。ロールプレイで練習することは、服薬のための正しいステップと薬の自己管理方法について知るために、とても役立つものです。

二人でやってみましょう。

<場面設定>

ここを、病院の相談室としましょう。患者さんが『服薬のための正しいステップ』について、薬の専門家に聞いている場面です。

<役割設定>

〇〇さんは、『服薬のための正しいステップ』について説明する薬の専門家になってください。私は専門家に質問する患者さんの役をします。

<目的把握>

患者役の私が質問しますから、「服薬のための最初のステップ」について説明してくださいね。

### <ロールプレイ>

では、始めましょう。

「先生、質問があるんですが、いいですか？ 正しい薬の飲み方の最初のステップとは何でしょうか？」

(最初の大切なステップは、薬の袋を注意深く読むことです。)

<時間があれば、Q2～Q4も行います。>

<手をたたき、一拍おいて>はい、ありがとうございます。

<正のフィードバック>

〇〇さんの説明は、要点をつかんで、はっきり説明できていたので、とてもよくわかりました。

<良かった所を具体的に挙げてほめてください。>

### ◇質問がないか尋ねる

今日の内容について何か質問はありませんか？

<質問に答え、必要があればビデオを観なおします。>

今日学んだ内容のまとめです。ワークブックと一緒に保管しておいてください。

<ワークブックの『第5-1回服薬教室（回答付き）』を渡します。>

### ◇宿題の設定と次回の予定確認

今日の服薬教室はこれで終了です。

明日以降もチェック表を毎日記入して、次回の訪問の時にみせてください。

次回の予定は、\_\_\_日の\_\_\_時からです。