

# 第6回 服薬教室

# 6

正しい薬の飲み方のルールと飲み忘れた時の対処法について知る

## ◇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。>

今までの復習をしますね。第4回の内容ですが、調子が良いからといって薬を飲むのをやめてしまったらどうになってしまうか、覚えていますか？

## ◇前回の復習

<ワークブックの『第5-2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、薬の剤型と自己管理方法について学びました。前回のビデオを観てください。

<タブレットで『第5-2回服薬教室ビデオ』を視聴します。>

どうですか？ タップとカレンダーは役に立ちそうですか？

飲み忘れを防ぐために、ぜひ利用してください。

## ◇今日の内容の紹介

今日の服薬教室では、『正しい薬の飲み方のルールと飲み忘れた時の対処法について知る』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6回服薬教室』を開くように促します。>

今日のビデオは、薬を飲み忘れた時の対処法について詳しく説明しています。

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。

分かりにくければ、繰り返し見ることがができますので、大丈夫ですよ。

<ワークブックの『第6回服薬教室』を示します>

## ◇ビデオ視聴

<タブレットで、『第6回服薬教室ビデオ』を観ます。>

<理解を確かめながら、必要があれば繰り返し観てください。>

## ◇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ルールとは何でしょうか？

(①毎日薬を飲むことを欠かさないこと、②医師の指示した以上の薬を飲まないこと、③毎日決まった量の薬を決まった回数飲む ということです。)

医師の指示通りに規則的に服用することが大切です。

Q2. このルールはなぜ重要なのでしょうか？

(今のよい状態を維持するために、薬の血中濃度を一定に保つ必要があるからです。)

第2回服薬教室で学んだ『薬物血中濃度』の図を思い出してください。いつも良い血中濃度を保つためには規則正しく薬を飲むことがとても大切です。

Q3. 正しい服用量を守る良い方法は何でしょうか？

(毎日、決まった時間に決まった量の薬を飲むようにすることです。)

その通りです。前回の服薬教室で『食事の時に飲むと忘れにくい』ことを学びましたね。決まった時間に合わせて飲むことがとても大切です。

Q4. 薬は飲み忘れをしないことが大切ですが、もし飲み忘れた時はどうしたらよいでしょうか。

(飲み忘れた場合は、気がついた時に飲み忘れた分をすぐに飲みます。)

薬の飲み忘れに気づいたときは、すぐに忘れた分を飲みましょう。

その場合、次の薬は一定時間あけて飲んでください。

<タブレットで『第6回服薬教室資料』を示します。>

ビデオで示しましたが、一般的に、

1日3回の薬は、4時間以上

1日2回の薬は、5時間以上

1日1回の薬は、8時間以上 　あけて服用してください。

〇〇さんは、1日3回薬を飲んでいますがね。午前10時に飲み忘れた薬を飲んだ場合、次に薬を飲む時間を何時にすればよいですか？

(4時間以上あけますから、午後2時以降です。)

そうですね。次に薬を飲む時間は午後2時以降になります。

Q5. もし1回薬を飲むのを忘れてたら、次に飲むときに2回分まとめて飲んでよいですか？

(一度に2回分の薬を飲んではいけません。)

<タブレットで『第6回服薬教室資料』を示します。>

その通りです。ビデオでも示しましたが、一度に2回分の薬を服用すると、血中濃度が上昇して、危険な状態になる可能性があります。

<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、今後〇〇さんが、薬の飲み忘れを防いで良い状態を保つために、とても役立ちます

では、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『正しい薬の飲み方のルールと飲み忘れた時の対処法』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、『正しい薬の飲み方のルール』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、「正しい薬の飲み方のルール」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？ 薬の飲み方の正しいルールについて教えてほしいのですが。」

(①毎日薬を飲むことを欠かさないこと、②医師の指示した以上の薬を飲まないこと、③毎日決まった量の薬を決まった回数飲む ということです。)

<時間があれば、Q2～Q5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6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。