

單元名稱：《「藥」求安全，就「藥」這樣做》

一、教學設計理念說明：

兒童都有過不舒服的經驗，也都有過用藥的經驗，或是日常生活中，肌肉痠痛、蚊子叮咬、跌打損傷，難免會去使用到一些藥物，但是用藥用對了嗎？「是藥三分毒」有時候不正確的用藥習慣對身體所造成的傷害，並不輸給疾病本身。因此應該讓學生擁有基本的用藥安全常識，才能為自己現在和將來的健康奠定良好的基礎。本課程能帶給學生正確的用藥觀念，希望在釐清用藥相關概念後，內化成自己能終身奉行的用藥知識。除了自己之外，也能去影響身邊的每一個人，讓家人和朋友都可以擁有正確的用藥觀念，養成服用藥品前會先停看聽的安全準則，避免好藥變成毒藥。

本課程首先透過繪本讓學生了解藥物的功用，思考錯誤用藥對身體的不良影響，進而知道正確用藥時五問的重要性。主要教學活動共分為二個項目，分別是「藥物分三級」與「正確用藥五問」。「藥物分三級」讓學生知道藥物依安全性分為成藥、指示藥、處方藥三級；「正確用藥五問」讓學生知道看醫生時應該如何清楚表達自己的身體狀況、領藥時須注意哪些事項、清楚了解自己服用藥品的時間分配原則與藥品保存方法、不任意聽信藥物廣告誇大不實的療效、如有用藥相關問題應向醫師或藥師諮詢，這些都和我們的健康息息相關。最後以填寫針對這次課程製作的學習單做為總結性活動，確保學生對用藥觀念的正確建立。經過這次教學，可以讓學生懂得正確使用藥物，使身體更健康，更希望孩子也能有基礎的用藥觀念，懂得學會保護自己，保護家人。

二、教學單元設計：

領域/科目	健康與體育/健康教育		設計者	平和國小/林妙笠
實施年級	中年級		學校/姓名	
			總節數	2
核 心 素 養	總綱核心素養	領綱/科目核心素養	呼應核心素養之教學重點	
	A1身心素質與自我精進 A2系統思考與解決問題 B1符號運用與溝通表達 B2科技資訊與媒體素養	健體-E-A1具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B1具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相	一、瞭解用藥安全分級制度。 二、認識在家用藥，「用藥五問」，建立學生正確用藥觀念。 。	

	<p>關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p> <p>健體-E-C2具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	
<p>健康促進九大議題</p>	<p><input type="checkbox"/>視力保健 <input type="checkbox"/>口腔衛生 <input type="checkbox"/>健康體位 <input type="checkbox"/>菸癮防制</p> <p><input type="checkbox"/>安全教育與急救 <input checked="" type="checkbox"/>全民健保含正確用藥</p> <p><input type="checkbox"/>性教育含愛滋病防治 <input type="checkbox"/>慢性病學童健康管理</p> <p><input type="checkbox"/>正向心理健康</p>	
<p>生活技能融入</p>	<p><input type="checkbox"/>人際溝通能力 <input checked="" type="checkbox"/>做決定 <input checked="" type="checkbox"/>自我覺察</p> <p><input type="checkbox"/>協商技巧 <input checked="" type="checkbox"/>解決問題 <input type="checkbox"/>目標設定</p> <p><input type="checkbox"/>拒絕技能 <input checked="" type="checkbox"/>批判思考 <input type="checkbox"/>自我監控</p> <p><input type="checkbox"/>同理心 <input type="checkbox"/>情緒調適</p> <p><input type="checkbox"/>合作與團隊作業倡導能力 <input type="checkbox"/>抗壓能力</p> <p><input type="checkbox"/>倡導能力</p>	
<p>(領綱)學習重點</p>	<p>(1)學習表現</p> <p>健體1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>健體1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。</p> <p>健體1b-II-1認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>健體2a-II-1覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>健體2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>健體3a-II-2能於生活中獨立操作基本的健康技能。</p> <p>健體4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。.</p>	
<p>(2)學習內容</p> <p>【健體】</p> <p>健體Bb- II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。</p> <p>健體Eb- II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p>	<p>(3)學習目標</p> <ul style="list-style-type: none"> • 能了解藥品分級 • 能閱讀藥品仿單或包裝標示 • 能說出常見藥物錯誤使用方式的更正方法 • 能知道忘記吃藥的狀況下如何補服藥品 • 能知道選購藥品時，使用「用藥五問」與藥師做朋友。 • 能養成健康的生活習慣以增強身體抵抗力。 	
<p>議題融入</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>【資訊教育】</p> <p>資E2使用資訊科技解決生活中簡單的問題</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱E5發展檢索資訊、獲得資訊、整合資訊的數位閱讀能力。</p>	
<p>教具設備</p>	<p>繪本、投影機、電子白板、海報、藥袋、學習單</p>	

教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p style="text-align: center;">第一節：《「藥」求安全》</p> <p>準備活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 繪本「國王陛下，該吃藥了！：快樂學習的知識繪本，58種可愛藥物角色！看看各種成人藥物擬人化後都在做些什麼樣的工作！」 請學生每人帶一盒(瓶)家中擺放的藥盒/藥罐或有包裝的藥品 教師準備各種藥品包裝圖片 教師準備《「藥」求安全，就「藥」這樣做》學習單 學生分組 <p>一、引起動機</p> <p>(一) 「國王陛下，該吃藥了！」</p> <ol style="list-style-type: none"> 師生共讀繪本「國王陛下，該吃藥了！」了解藥物的功用 教師說明：俗話說「是藥三分毒」，隨意使用藥物會造成身體的不良影響。 <p>二、發展活動</p> <p>(一) 藥物三級</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師準備各種藥品包裝圖片，詢問學生這些藥物藥怎麼分類呢？請小組內討論決定分類的方法 (A：外用的、內服的、擦用的，點眼睛的等) 教師詢問：還有沒有其他分類的方式?說說看你這樣分類的理由。 教師歸納：有一些藥是不是很容易跟家人去逛藥妝店的時候可以看到？有些藥品可自行購買，有些卻不行呢？這是因為這些藥需要醫師的處方，因為吃錯藥會對人體早成傷害 教師說明藥品也有分級，依照藥品使用的「安全性」進行分級可分為處方藥、指示用藥及成藥。 <p>(1) 處方藥：</p> <p>「處方藥」指需要由醫師診斷後才能開立處方，藥師調劑之後才可以使用的藥品，如：抗糖尿病用藥、抗高血壓用藥或心血管用藥。由於這類藥品若錯誤使用恐造成相當的危險性，所以必須要正確的診斷以及配合專業的評估後才可以開立適合病人的劑量。如：抗糖尿病藥品，若錯誤的使用會造成低血糖，低血糖不只暈眩，還可能暈迷甚至死亡。</p> <p>(2) 指示藥：</p> <p>「指示用藥」指不需要醫師處方箋，病人（或有需求者）在醫師或藥師於評估後，經適當的指導後就可以使用的藥品，如：胃藥、感冒藥。這類藥品沒錯比較安全，但錯誤的使用或沒有注意該注意的警示，仍存有一定的風險，例如：許多綜合感冒藥或抗過敏藥中，使用後可能會有點想睡覺或注意力不集中，對於操作機械或駕駛汽</p>	<p style="text-align: center;">5'</p> <p style="text-align: center;">15'</p>	<p>專心觀看繪本，繪本了解藥物的普遍功能</p> <p>踴躍發表想法踴躍回答</p> <p>1.專心聆聽 2.小組討論 3.課程參與</p>

機車會有危險，若未經提醒告知，恐釀成悲劇。

(3)成藥：

「成藥」則屬於相對最安全的藥品，需詳細閱讀外包裝或瓶身上的標示，可由一般民眾自行購買，例如：碘酒、薄荷棒、綠油精、白花油。

5.教師歸納：藥物依症狀、安全性使用，由醫師診斷開立處方藥更安全。指示藥需要詢問藥師後才可以購買，就算是成藥，也要在大人的只是監督下才可以使用才不會發生不良影響喔。

(二)《「藥」求安全，就「藥」這樣做》

1.教師說明：知道了藥物分級之後，我們就要來知道應該要怎麼分類藥品，請同學拿出準備好的藥罐或是藥物包裝。

2請同學間先相互分享此藥物包裝的取得方式，是哪一位家人正在使用，為什麼使用？

3.教師說明：正確用藥還需要看懂藥品上的資訊，通常在藥物本身的外盒及說明書上就可以找到相關的資訊。

- 藥物名稱，成份
- 用途、適應症
- 使用族群：確定是否為可使用族群，EX幼童、孕婦不得使用等…。
- 用量用法：飯前、飯後？其他使用方式；使用量，一次一包或一次幾顆？
- 注意事項：可能產生的副作用或警語
- 警語：使用本藥後，若發生以下副作用，請立即停用，並諮詢醫師。
- 許可證：如衛署藥製（輸）、內衛藥製（輸）、衛署成製字第 000000 號等。
- 是屬於藥物三級的哪一類呢？
- 保存方式，有效期限。

三、綜合活動

在家用藥，3要2不：

非處方藥，指示藥與成藥，因為安全性比較高，可以諮詢藥師後使用，但也不能隨便使用，謹記3要2不。

要知風險：所有藥品都有風險

要問藥師：購買及使用藥品時要與藥師討論

要看標示：要看清楚外盒及說明說的標示。

不過量：要依照說明書的使用量

不輕忽：3天症狀未改善，儘速就醫。

<第一節結束>

15

5

1.小組
討論
2.課程
參與
3《「藥」
求安
全，就
「藥」這
樣做》學
習單

第二節：《就「藥」這樣做》

準備活動：

- 1.教師準備《「藥」求安全，就「藥」這樣做》學習單
- 2.學生分組

一、引起動機

(一)忘記吃藥怎麼辦

教師演出情境劇

1.教師：啊啊啊！現在已經是11點鐘，小明告訴老師他忘記把今天早上該服用的藥物吃掉。請問大家：小明忘記吃藥了，他應該要趕快補服用藥物還是就不吃了呢？

2.請同學表決結果

3.怎麼補吃藥物要依照「藥物的種類」還有「想到的時間」來決定，大部分的是藥物要使用「對半原則」，取兩次服藥時間點的中間時間，如果你想到忘記吃藥的時間，在這個中間時間之前，就要補吃。如果在這個中間時間點之後才想起來，就不用補吃。

那原本小明應該在早上的時候服用藥物，現在還需要服用藥物嗎?答案是不用喔。

4.教師說明：但是如果不能確定最好還是要詢問藥師或是醫師喔，而有一些特殊的藥物，如：安眠藥或睡前吃的藥、慢性病的藥物、抗生素最好能詢問藥師或醫師。

二、發展活動

(一)《「藥」求安全，就「藥」這樣做》

1.教師詢問同學是否有聽過錯誤的藥物使用方法？請每一組同學至少都能講出一個錯誤使用的方法。

2.教師統整同學的錯誤使用方法並補充:請同學根據藥品分三級，看清標示摺頁寫下不應該這麼做的原因或可能造成的後果。

- Q：藥物可以搭配果汁牛奶、茶類或咖啡？
A：可能會降低藥效或使藥效增強而出現副作用
- Q：吃藥可以不喝水？
A：刺激喉嚨，可能會灼傷食道、喉嚨、造成潰瘍、穿孔
- Q：可以同時使用多種藥品？
A：可能會產生副作用，尤其同類藥品，應先詢問藥師或醫師。
- Q：中西藥可以混用嗎？
A：混合服用輕則影響藥效，嚴重可能傷身，提醒民眾若有多重用藥的需求時，一定要告知醫師目前正使用之中、西藥物，並向醫師諮詢服藥順序，才能確保自身的健康。
- Q自行停藥，覺得症狀好轉就不吃藥？
A：有些藥物自行停藥會產生抗藥性，也不立於病情的控制

10

1.專心聆聽
2.課程參與

25

1.小組討論
2.活動參與

<ul style="list-style-type: none"> • Q可以將藥物分享給他人？ A：每人每次情況可能不同，恐出現不良反應 • Q：使用上一次就醫的藥物？ A：每人每次情況可能不同，恐出現不良反應 • Q服用偏方，相信電視廣告自行購買藥物？ A：隨意服用將危害自身健康，甚至可能造成腎衰竭或中毒。 • Q可以躺著吃藥？ A：藥物不易吞嚥或容易滯留於食道 • Q不按飯前、飯後或睡前的時間吃藥？ A：有些藥物與腸胃疾病有關、有些藥物空腹服用會造成腸胃傷害，有些食物會影響藥物的吸收、睡前用藥可能會造成嗜睡，不按時間服用，藥物效果會打折扣，可能還會造成病人的危險喔！ <p>三、綜合活動</p> <p>(一)正確用藥，「用藥五問」：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師請學生拿出自備的藥品包裝，詳細閱讀包裝盒上的內容並加以背誦，學生兩人一組交換扮演藥物消費者及藥師演示「用藥五問」。根據自備的藥品包裝回答。 <ul style="list-style-type: none"> • 一問：問藥名，請問這是什麼藥？ • 二問：問藥效，這種藥的是做什麼用的？ • 三問：問使用方法，我該如何使用這個藥品？（特別是注射、吸入、塞劑、眼藥水、外服藥膏等特殊劑型更要問清楚哦！） • 四問：問使用時間，什麼時候吃藥，一天用幾次呢？要吃多久時間？ • 五問：問注意事項，有哪些副作用，我該注意哪些事項？ 2.教師總結：你有沒有不小心誤踩過以上的服藥誤區呢？現在知道還來得及！避開以上常見用藥錯誤，保護自己也保護他人！ <p style="text-align: center;"><第二節結束></p>	5	1.專心聆聽 2.活動參與 3.用藥五問演練
評 量	填寫學習單做為總結性活動，確保學生對用藥觀念的正確建立	

《「藥」求安全，就「藥」這樣做》

__年__班__組，姓名：_____

1. 連連看:將正確的藥物分級連起來

- 由醫師診斷後才能開立處方，藥師調劑之後才可以使用的藥品
 - 不需要醫師處方箋，病人（或有需求者）在醫師或藥師於評估後，經適當的指導後就可以使用的藥
 - 一般民眾自行購買，相對最安全的藥品，需詳細閱讀外包裝或瓶身上的標示再使用
- 成藥
 - 指示藥
 - 處方藥

2. 連連看:將正確的「用藥五問」連起來

- 請問這是什麼藥？
 - 這種藥的是做什麼用的？
 - 我該如何使用這個藥品？
 - 什麼時候吃藥，一天用幾次呢？
要吃多久時間？
 - 有哪些副作用，我該注意哪些事項？
- 問藥效
 - 問藥名
 - 問使用方法
 - 問注意事項
 - 問使用時間

3.觀察藥袋上的13項標示，再將正確的答案填進()中



藥袋 13 項標示

大樹連鎖藥局
GREAT TREE PHARMACY
官方網站: www.greattree.com.tw 服務信箱: greattree01@msa.hinet.net

姓名: 王小明 生日: 1978/01/01 藥發數: 1/1 藥費: 001
性別: 男 年齡: 30 調劑日期: 2009/10/01 20:15

【口服藥】-xxxxxx
商品名稱: Axxxx 60MG/CAP 共9粒
用法與用量: 一天三次飯後服用; 每次一粒; 口服; 3天份
適應症: 消炎鎮痛
副作用: 胃腸障礙 耳鳴 頭暈 疲倦
藥品警語: 無特別指示
其他指示: 請依指示準時服用
外觀: 鮮橙/白色膠囊

樣張

正當使用合法藥物, 而造成嚴重疾病(住院) 障礙 或死亡, 得申請藥害救濟, 請聯絡財團法人藥害救濟基金會
電話: 02-23584097

藥局: 大樹內壢華豐 諮詢專線: 03-4524123
地址: 桃園縣中壢市忠孝路198號 調劑藥師: 沈明志

※用藥注意事項, 詳見背面說明※
或洽「諮詢專線」, 我們將有專業藥師提供您免費用藥諮詢

01 病人姓名
02 性別
03 藥品商品名
04 用法
05 調劑地點之名稱
06 地址
07 調劑日期
08 藥品單位含量
09 藥品數量
10 用量
11 警語
12 電話號碼
13 調配藥師姓名

(1)這13項標示是告知藥名的是編號()

(2)這13項標示是告知使用方法的是編號()、()

(3)這13項標示是告知注意事項的是編號()

(4)這13項標示是告知使用時間的是編號()、()

(5)根據藥袋上的資料, 這是什麼藥?請寫出來()