



Gezond thema:

# DE APOTHEEK



## 1. Wat gaan we doen?

- Nieuwe woorden leren over de apotheek.
- Praten over de apotheek.
- Praten over het gebruik van medicijnen.
- Informatie opzoeken over medicijngebruik en de apotheek.

## 2. Wat vind ik van?

Lees de volgende zinnen. Ben je het eens of niet? Waarom?

**Praat met elkaar.**

- Ik ga elke week naar de apotheek.
- In de apotheek moet ik altijd lang wachten.
- Paracetamol koop ik altijd bij de apotheek.
- In de apotheek praat ik lang met de apothekersassistente

**Wat doe jij?**

- Als ik informatie over medicijnen wil, vraag ik het aan mijn burens/familie/vrienden.
- Als ik informatie over medicijnen wil, zoek ik op internet.
- Als ik informatie over medicijnen wil, ga ik naar de apotheek.

## 3. Wat weet ik al?

- Wat weet je over de apotheek?
- Welke soorten medicijnen ken je?
- Met wie praat je in de apotheek? Wat zeg je?
- Welke informatie kun je in de apotheek krijgen?



### De woorden

**Het recept** - een briefje van de dokter aan de apotheek. Op het briefje staat welke medicijnen iemand moet krijgen.

Voor dat medicijn heb je een recept nodig.

**Het etiket** - een stukje papier of sticker op het doosje van de medicijnen.

Op het etiket staat dat ik de pillen drie keer per dag moet innemen.

**Driemaal daags** - drie keer per dag, meestal 's morgens, 's middags en 's avonds.

**Innemen** - In de mond nemen en doorslikken.

Maria neemt haar medicijn met water in. Ze neemt een tablet in haar mond en drinkt meteen een beetje water.

**De bijwerking** - een bijwerking bij een medicijn tegen pijn in je hoofd is dat het medicijn goed is tegen de hoofdpijn, maar dat je door het medicijn andere pijn krijgt, bijvoorbeeld in je buik.

Dit medicijn heeft buikpijn als bijwerking.

**De bijsluiter** - een papiertje bij een medicijn met informatie over het medicijn

Je moet altijd eerst goed de bijsluiter lezen voor je iets inneemt.

**De klacht** - waar je last van hebt of pijn. Bijvoorbeeld hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid.

Als je bij de huisarts komt, dan vraagt hij of zij: welke klachten heb je?

## 4. Het gesprek – deel 1

Lees het gesprek of luister naar de taalcoach. Beantwoord de vraag bij het gesprek. Bespreek de nieuwe woorden. Vertel elkaar daarna waar het gesprek over gaat of speel het gesprek na.

### Maria en Lina

Maria is naar de huisarts geweest. Ze heeft een recept meegekregen van de dokter. Maria gaat met het recept naar de apotheek om de medicijnen op te halen. Ze ontmoet aan de balie Lina. Lina is de apothekersassistente.

### Hoe vaak moet Maria het medicijn innemen?

**Maria:** Goedemorgen, ik heb hier een recept van de dokter.

**Lina:** Ik zal de medicijnen even pakken. Een ogenblikje alstublieft.

**Maria:** Ja, prima.

**Lina:** Alstublieft, hier zijn de medicijnen. Ik zal uitleggen hoe u het medicijn moet gebruiken. Kijk hier staat het.

**Maria:** Waar?

**Lina:** Op het etiket. U moet het medicijn driemaal daags innemen. Dat betekent drie keer per dag. Dus in de ochtend, middag en avond.

**Maria:** Moet ik het medicijn voor of na het eten innemen?

**Lina:** U kunt dit het beste voor iedere maaltijd doen. U neemt de tablet met water in.

**Maria:** Ja, geen probleem.

**Lina:** De bijwerkingen staan vermeld in de bijsluiter. Kijk hier.

**Maria:** Wat zijn de bijwerkingen van dit medicijn? Ik heb gauw last van mijn maag.

**Lina:** Even kijken. Nee, maagpijn is geen bijwerking van dit medicijn. Als u toch klachten krijgt, neem dan contact op met uw huisarts.

**Maria:** Oh ja, dat is goed. Bedankt.

**Lina:** Daag, fijne dag verder.



### De woorden

**Het herhaalrecept** - een recept dat je langere tijd kunt gebruiken om steeds dezelfde medicijnen te krijgen.

Als mijn medicijnen op zijn, kan ik met een herhaalrecept nieuwe medicijnen halen bij de apotheek.

**De voorraad** - extra producten om later te gebruiken.

Als mijn medicijnen op zijn, haal ik een nieuwe voorraad bij de apotheek.



## 5. Het gesprek – deel 2

Lees het gesprek of luister naar de taalcoach. Beantwoord de vraag bij het gesprek. Bespreek de nieuwe woorden. Vertel elkaar daarna waar het gesprek over gaat of speel het gesprek na.

### Martin en Aicha

Martin is bij zijn zus Aicha. Ze praten over de apotheek.

### Waarom krijgt Aicha een herhaalrecept?

**Martin:** Hoi Aicha, kom binnen. Wil je een kopje koffie?

**Aicha:** Ja graag, lekker. Hé, wat is dit? Ben je ziek?

**Martin:** Oh, dit zijn nieuwe medicijnen. Ik heb veel last van hoofdpijn. De dokter heeft me een recept gegeven.

**Aicha:** Nou, ik hoop dat het helpt!

**Martin:** Ja, ik ook. Jij hebt toch ook medicijnen?

**Aicha:** Ja, ik gebruik mijn medicijnen al een jaar.

**Martin:** Helpen ze goed?

**Aicha:** Ja gelukkig wel, ik heb bijna geen klachten meer.

**Martin:** Als je geen klachten meer hebt, dan kun je wel stoppen met de medicijnen.

**Aicha:** Nee, helaas niet. Ik moet deze medicijnen altijd blijven gebruiken.

**Martin:** Wat vervelend! Moet je dan steeds een nieuw recept halen bij de dokter?

**Aicha:** Nee hoor, als mijn medicijnen op zijn, dan haal ik bij de apotheek een nieuwe voorraad. Ik heb daarvoor een herhaalrecept.

**Martin:** Dat is handig. Dan hoef je niet steeds een afspraak met je huisarts te maken.

**Aicha:** Dat klopt. En de apotheek weet precies wat ik nodig heb. Mmm, heerlijke koffie trouwens.



### De woorden

**De waarschuwingsticker** - een gele sticker op het medicijn.

Op het etiket van dit medicijn staat een waarschuwing dat ik niet mag autorijden.



## 6. De tekst

Lees de tekst of luister naar de taalcoach die de tekst voorleest. Bespreek daarna de vragen bij het onderdeel 'Praat met elkaar'.

In de apotheek kun je je medicijnen ophalen.

Dat gaat zo:

Met een recept van de huisarts of specialist ga je naar de apotheek.

Als je bij de apotheek komt, geef je het recept aan een apothekersassistent. Soms heeft een arts het recept al naar de apotheek gestuurd via de computer.

De apothekersassistent stelt soms extra vragen. Hij of zij vraagt bijvoorbeeld: "Zijn de medicijnen voor uzelf?" Of: "Gebruikt u ook nog andere medicijnen?" De apothekersassistent zet alles in de computer en controleert het goed.

Daarna krijgt het medicijn een etiket. Hierop staan je gegevens, zoals je naam en geboortedatum. Het medicijn is dus speciaal voor jou. Je kunt het niet aan iemand anders geven die dezelfde klachten heeft. Op het etiket staat ook hoe je het medicijn moet gebruiken. Je moet het medicijn precies op die manier gebruiken. Soms wordt er een waarschuwingsticker bij geplakt.

Dan krijg je het medicijn. De apothekersassistent geeft advies over het gebruik. Hij of zij vertelt ook over de bijwerkingen van het medicijn. En hoe lang je het moet gebruiken. Als je eerder wilt stoppen, vraag dan eerst aan je dokter of dat goed is.

Er staat ook veel informatie op de bijsluiter van het medicijn. Die kun je thuis lezen. Als je vragen hebt, kun je die altijd in de apotheek stellen.



## 7. Praat met elkaar

**In een groep:** verdeel de groep in duo's of in kleine groepjes. Elk groepje neemt een stukje van de tekst en praat daar samen over. Beantwoord ook onderstaande vragen. Daarna vertellen ze aan de groep waar het stukje over gaat en wat hun ervaringen zijn.

**Eén-op-één:** de taalcoach en de anderstalige nemen om de beurt een stukje van de tekst en de anderstalige beantwoordt onderstaande vragen.

- Stuurt jouw arts je recept naar de apotheek via een mail of krijg je een briefje mee?
- Heb je weleens een herhaalrecept gekregen?
- Heb jij medicijnen met een waarschuwingssticker?
- Waarvoor is de waarschuwing?

Apotheek De Pij      Steenstraat 5 Bovenburg  
Mevr. M. Test      15-03-1975  
  
15 ST TEMAZEPAM PCH 10 MG CAPSULE  
ZO NODIG 1 x PER DAG 1 CAPSULE voor de nacht  
Pas op met alcohol  
Heel doorslikken, niet kauwen  
Kan het reactievermogen verminderen  
Niet gebruiken na 09/2019

## 8. Help Maria

Doe het zo:

Maria heeft nieuwe medicijnen gehaald bij de apotheek. De apothekersassistente heeft uitleg gegeven bij het medicijn, maar Maria is alles vergeten. Kun je haar helpen?

**Bekijk het etiket van het medicijn en geef antwoord op de volgende vragen:**

- Hoe vaak moet Maria het medicijn gebruiken?
- Hoeveel moet zij ervan gebruiken?
- Hoe moet zij het medicijn gebruiken?
- Staat er een **waarschuwing** op het etiket? Welke?

**Vertel nu aan Maria hoe ze het medicijn moet gebruiken. Speel het gesprek tussen Maria en de apothekersassistent. Liefst in groepjes van drie personen. Deelnemer A is Maria Deelnemer B is de apothekersassistent, deelnemer C kijkt en luistert naar het gesprek. Bij 1-op-1 taalcoaching vervalt rol C.**

- Laat elke deelnemer een lijstje met vragen of gespreksonderwerpen maken.
- Voer het gesprek, deelnemer C observeert het gesprek.
- Na het gesprek: Wat heeft deelnemer C gezien? Welke vragen hebben A en B gesteld? Wat heb je gemist in het gesprek?
- Wissel van rol of zoek thuis of via Google een ander medicijnetiket en oefen daarmee.

**Taalkaart:** Vul onderdeel 1 en 2 van de Taalkaart in.



## 9. Praktijkopdracht 1

Bespreek onderstaande vragen en ga erop uit.

- a) Bijna iedereen heeft wel oude medicijnen in de kast staan. Heb jij dat ook?
- b) Kijk eens in de kast naar je medicijnen. Waar staan ze? Maak er een foto van.
- Waarvoor waren deze medicijnen?
  - Waarom worden ze niet meer gebruikt?
  - Kun je ze nog gebruiken of zijn ze te oud?
- c) Bij deze praktijkopdracht ga je de oude medicijnen terugbrengen naar de apotheek.

**Dit kunnen jullie ook samen met de groep doen.**

Als je in de apotheek bent, denk dan na over de volgende vragen:

- Welke producten zie je in de apotheek?
- Welke informatie vind je in de apotheek?
- Heeft de apotheek ook een bezorgservice?
- Kun je in deze apotheek ook medicijnen uit een automaat halen? Voor welke medicijnen kan dat? Hoe werkt dat?



## 10. Praktijkopdracht 2

Oefen met het opzoeken van informatie.

Je krijgt in de apotheek altijd uitleg over het gebruiken van medicijnen. De apotheek gebruikt soms ook plaatjes bij de uitleg over een medicijn. Die plaatjes heten iconen.

**Werk in tweetallen:**

- Bekijk de woorden en zinnen met de iconen hieronder.
- Zoek de betekenis van de woorden en zinnen. Gebruik hierbij de website:

<http://www.apotheek.nl/kunt-u-dat-even-uitleggen>



1. Niet met melk innemen.



2. Let op wisselwerking met andere medicijnen.



3. Rectaal toedienen.



4. Zo nodig innemen.



5. Beperkt houdbaar.

**Bespreek met de groep:**

- Wat is de betekenis van de woorden en zinnen?
- Hoe hebben jullie de betekenis gevonden?
- Is er een filmpje bij de uitleg? Kijk dan samen naar het filmpje.

## 11. Wat wil ik weten over...?

### a) Praat met elkaar over de apotheek.

(kijk terug naar wat je noemde/noteerde bij oefening 3 Wat weet ik al?)

Dit wist ik al over de apotheek .....

Dit wist ik al over medicijnen .....

Dit wist ik al over bijwerkingen .....

Deze informatie was nieuw voor mij .....

### b) Waar wil je meer over weten? Zoek zelf info of ga samen met anderen op zoek.

Denk bijvoorbeeld aan:

- Welke apotheek is bij mij in de buurt?
- Op welke manieren kan ik een herhaalrecept ophalen?
- Welke vragen heb ik over mijn medicijnen? Hoe en aan wie kan ik deze vragen stellen?
- Voor welke klachten kan ik in mijn apotheek medicijnen zonder recept kopen?
- Wat betekent de informatie in de bijsluiter van mijn medicijnen?

### c) Praat met elkaar.

- Hoe kun je de informatie vinden?
- Waar kun je de informatie vinden?
- Wie kun je om hulp vragen?

## 12. Dit ga ik doen

Vertel aan de taalcoach en aan de groep welke informatie je gaat zoeken of wat je gaat doen.

.....

.....

**Taalkaart:** Vul onderdeel 3 van de Taalkaart in.

Meer achtergrondinformatie bij de gezonde thema's vind je op [www.gezondetaal.nl](http://www.gezondetaal.nl).



Taalkaart		
Onderdeel 1 Van taalontmoeting	Onderdeel 2 Naar de praktijk	Onderdeel 3 Terugkijken
Wat heb ik geleerd / gedaan?	Wat ga ik deze week doen?	Hoe ging het?
Datum taalontmoeting:	Ik ga ...	Datum gedaan:
Handige zinnen / nieuwe woorden	<input type="checkbox"/> luisteren en opletten	Wat heb je gedaan?
— ...	<input type="checkbox"/> de woorden/zinnen toepassen in een gesprek	Hoe ging het?
— ...	<b>Waar?</b> op mijn werk/ op straat / in een boek / op tv / ...	Wat doe je de volgende keer anders?
— ...	<b>Hoe?</b> samen / zelf	Heb je een tip voor de anderen?
— ...		
— ...		
— ...		





## Gebruik Gezonde Taal

Gezonde Taal is een praktische methode voor anderstaligen rond A2 niveau die hun kennis en taalvaardigheid over gezondheid willen verbeteren via taalcoaching.

Aan de hand van tien praktische thema's gaan taalvrijwilligers en anderstaligen in gesprek over onderwerpen rondom gezondheid en wisselen zij kennis uit. Met als gevolg dat anderstaligen nieuwe kennis opdoen en die kunnen toepassen op hun eigen leven.

Gezonde Taal is laagdrempelig, eenvoudig te gebruiken en uitgebreid getest in de praktijk. Het materiaal is te bestellen via [www.gezondetaal.nl](http://www.gezondetaal.nl).

Gezonde Taal bestaat uit de volgende tien thema's:

- Bevolkingsonderzoek
- De apotheek
- De huisarts
- De zorgverzekering
- Diabetes
- Gezond eten & bewegen
- Horen en zien
- Mantelzorg
- Ouder worden
- Stress en ontspanning

Gezonde Taal is een initiatief van Taal Doet Meer en is ontwikkeld in samenwerking met ITTA UvA en Het Begint met Taal.



[www.hetbegintmettaal.nl](http://www.hetbegintmettaal.nl)  
Koningin Wilhelminalaan 8  
3527 LD Utrecht  
tel. 030-2422841



‘ het  
begint  
met  
taal ’