

健體領域五下教案

領域/科目		健康與體育		教學者	劉懿菽
實施年級		五下		教學時間	40分鐘
主題名稱		醫藥學問大			
單元名稱		用藥守護神			
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。		總綱與領綱之核心素養	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。
	學習內容	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。 Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。			
融入議題與其實質內涵		• 安全教育 安 E2 了解危機與安全。			
教材來源		• 南一版健康與體育五下單元二			
教學設備/資源		一、書面教材:素養評量單 二、軟、硬體資源:電子書及播放設備、師生準備不同藥袋藥品明細及收據、不同藥品。			
學習目標					
1. 能理解中藥用藥安全及中藥的類型意涵。 2. 能認識並熟悉核對藥品資訊的方法。					
教學活動設計					
教學活動內容及實施方式				時間	評量方式
【活動 1：用藥守護神】 準備活動（第二節） (一)教師播放電子書情境 27 頁，請學童觀察力行領藥情形，並說明用藥五問的功能。 1. 教師提問：當你在領藥處等候取藥，到了你的號碼時，你會怎麼做？ 發展活動 用藥五問 (1)問藥名：了解自己服用什麼藥物。 (2)問服用時間：了解自己服藥的時間及次數，例如：一天三次、飯前或飯後服藥等。 (3)問使用方式：了解如何服用藥品，例如：口服或外用。 (4)問藥效：知道藥物的效用。有些藥物在症狀解除後可以停止服用，				2	播放教材 參與討論 口頭發表 播放教材
				8	參與討論 口頭發表

例如：止痛藥；有些藥物需依照既定療程服用完畢，如：抗生素。 (5)問注意事項（含副作用）：知道服用藥物時的注意事項及服用藥物可能產生的副作用，例如：有些藥品副作用為嗜睡，應避免開車；或是同時服用其他藥物、保健食品是否會互相干擾？ 3. 演練時間：請學童分組練習如何利用「用藥五問」的技巧向藥師詢問用藥資訊，以達用藥安全。	3	技巧演練
4. 影片藥師最常被問的【用藥問題】	4	播放影片
(二)教師說明<u>用藥</u>的正確觀念 1. 錯誤用藥行為：吃藥當吃補？ ※解答：重複用藥可能對身體造成負擔，不要主動要求醫師開藥或增加藥量。 2. 錯誤用藥行為：止痛藥解決一切。 ※解答：止痛藥可緩解疼痛，但服用時要依照醫囑，不可過量或長期吃，否則可能傷胃、肝、腎。 3. 錯誤用藥行為：外用藥膏常常擦比較快康復。 ※解答：依照醫囑、藥品說明書使用，不可增加塗抹次數或厚塗，易造成藥物過量，傷及肝、腎。 4. 錯誤用藥行為：西藥容易傷胃，所以吃藥一定要加胃藥。 ※解答：不是服用每一種藥品都會影響胃部，有些藥品搭配胃藥反倒會影響原來的藥效，因此併用藥品時應先諮詢醫師及藥師。	6	播放教材
(三)教師運用不同生活情境，請學童分組演練<u>用藥詢問方式</u>。若在以下場所中有相關用藥的疑惑，要如何解決呢？ 1. 在醫院詢問用藥：可以現場口頭詢問醫師、藥師或上網查詢用藥資訊。 2. 家裡詢問用藥：可以電話詢問看診的醫師、藥師及社區藥局，或是上網查詢用藥資訊。 3. 其他：掃描藥盒 QR code。	3	參與討論 口頭發表
(四)<u>中藥用藥安全</u> 1. 停止不當買藥及用藥行為：不自行購買或服用來路不明的中藥，也不聽信偏方。 2. 看病請找合格中醫師診治：應到合法立案的中醫診所就醫，並確認醫師有合格執業執照。 3. 聽專業中醫師與藥師說明：就診時，詳細說明自己的病情，拿藥時也要問清楚如何服用。 4. 選購安全的中藥：要選購有衛生福利部核准許可證字號的中藥藥品，民眾可至中藥藥品許可證系統查詢。 5. 用中藥時需遵從醫囑的服用方式：仔細聆聽醫師的囑咐。	4	播放教材
(五)教師補充說明：如何同時<u>服用西藥與中藥</u>？ 1. 兩者應間隔 2 小時為佳。 2. 建議患者於領藥時先請藥師評估自己服用的中、西藥是否適合併服，並確認適當的服藥順序。	5	

統整活動 請學生重點歸納(Padlet) 1. 用藥五問的重要性。 2. 辨別錯誤用藥及正確用藥觀念。 3. 生活情境中運用用藥五問，以達用藥諮詢與安全的目的。 4. 同時服用西藥與中藥，應間隔 2 小時為佳。	5	參與討論 口頭發表
參考資料	• 南一版健體五下教師手冊 • 兒童正確用藥-五要五不--衛生福利部 https://www.mohw.gov.tw/cp-2642-20943-1.html	