

Thema Gezondheid



Lesbrief 4. Naar de apotheek.

Wat leert u in deze les?

- Waarschuwen.
- Een bijsluiter lezen.
- Informatie vragen en om hulp vragen.
- Wat u kunt zeggen als u iets niet weet of begrijpt.

Veel succes!

Deze lesbrief is ontwikkeld in opdracht van: Gemeente Den Haag

HET GESPREK

Opdracht 1. Lees het gesprek.

Tip: Luister naar het gesprek via de website!

HET GESPREK DEEL 1.

Elisabeth heeft een recept van de specialist gekregen. Ze gaat met het recept naar de apotheek. Daar praat Elisabeth met de assistente. Waar praten ze over?

- Assistente: Wie kan ik helpen?
- Elisabeth: Ik ben aan de beurt, denk ik. alstublieft.
- Assistente: Even kijken, eh, uw naam is Danso? Kunt u dat even spellen?
- Elisabeth: Natuurlijk, D-A-N-S-O.
- Assistente: Een momentje, alstublieft.
Alstublieft. Dit zijn uw medicijnen.
- Elisabeth: Dank u wel. Zijn het pilletjes of is het een drankje?
- Assistente: Het zijn pillen. Kijkt u maar.
- Elisabeth: Kunt u mij vertellen hoe ik ze moet gebruiken?
- Assistente: Ja hoor, kijk, het staat op het doosje: drie maal daags een tablet, indien nodig.
- Elisabeth: O, dus ik hoef ze niet in te nemen?
- Assistente: Dat klopt, alleen als u pijn heeft.
- Elisabeth: Oké en hoe moet ik de tabletten innemen?
- Assistente: U kunt ze het beste oplossen in een groot glas water. Goed roeren en dan het glas in één keer leeg drinken. Daarna kunt u het beste nog een glas water drinken.
- Elisabeth: Oké, dus oplossen in water en dan opdrinken. En wanneer kan ik de medicijnen het beste innemen?
- Assistente: Tijdens het eten, dat is beter voor uw maag.
- Elisabeth: Tijdens het eten, bedoelt u voor het eten?

DE WOORDEN

Opdracht 2. Lees de woorden.

Zoek deze woorden op in het gesprek op pagina 2. Zet er een streep onder.

Tip: U kunt de woorden ook beluisteren via de radioles op internet.

De maag

Je maag is het deel van je lichaam waar al het eten in komt. Je kunt de **maag** niet zien want hij zit binnen in je lichaam.

Voorbeeld: Ik heb honger. Ik heb een lege **maag**.

Het tablet

Een tablet is soort een pil.

Voorbeeld: Je moet drie keer per dag een **tablet** nemen. Dan gaat de hoofdpijn over.

Innemen

Als je een tablet met water **inneemt**, dan neem je de tablet in je mond en je neemt een slokje water. Je slikt de tablet door.

Voorbeeld: Je kunt de pillen het beste met water **innemen**.

Oplossen

Als je een pil moet **oplossen**, dan moet je hem in een glas water doen. De pil valt dan uiteen.

Voorbeeld: U mag de pillen niet zo innemen. U moet de pillen eerst **oplossen** in water.

Daarna kunt u het opdrinken.

Roeren

Als je in het eten **roert** dan draai je met een lepel door het eten.

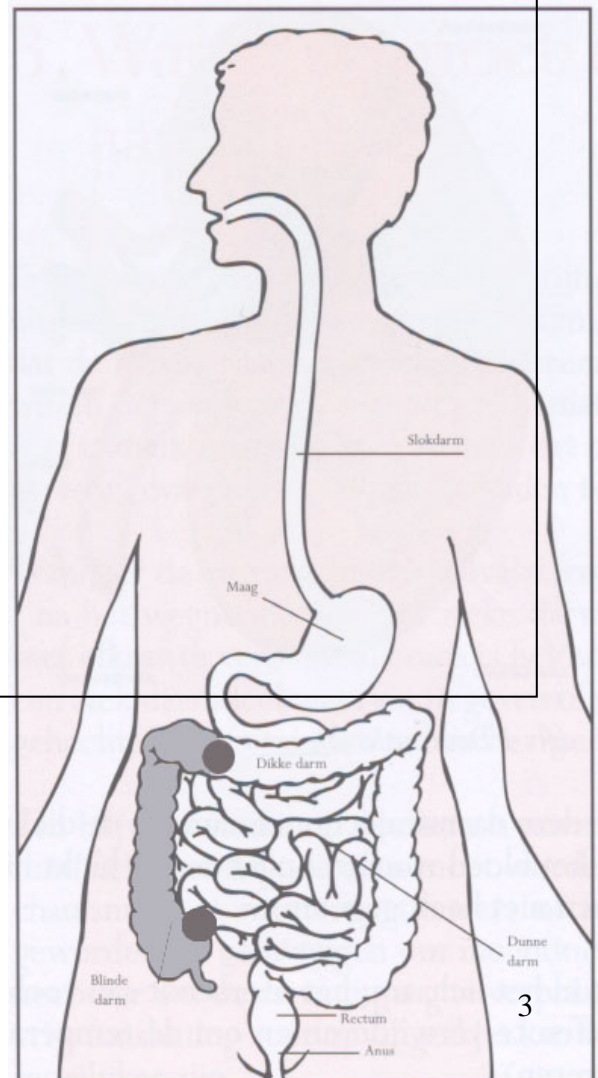
Voorbeeld: Je moet de pil in een glas water doen en dan goed **roeren**.



Drie maal daags

Drie maal daags = drie keer per dag.

Voorbeeld: U moet deze medicijnen **drie maal daags** innemen.



VRAGEN BIJ HET GESPREK

Opdracht 3. Is de zin goed of fout? Zet een kruisje.

| | | Goed | Fout |
|----|---|------|------|
| 1. | Elisabeth gaat met het recept naar de drogist. | | |
| 2. | Elisabeth krijgt van de assistente een doosje met pillen. | | |
| 3. | Elisabeth krijgt een drankje van de apotheek. | | |
| 4. | Elisabeth moet de pillen innemen. | | |
| 5. | De pillen moet Elisabeth voor het eten innemen. | | |

Tip woorden leren

Zeg de woorden hardop voor u zelf. Dat is een goede manier om een nieuw woord niet te vergeten!

Bekijk de antwoorden op p. 21.

HET GESPREK

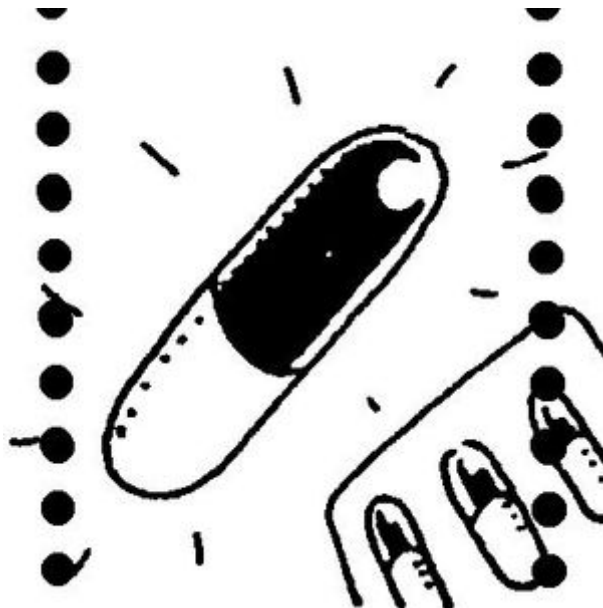
Opdracht 4. Lees het gesprek.

Tip: Luister naar het gesprek via de website!

HET GESPREK. DEEL 2.

Het gesprek in de apotheek gaat verder. Waarom moet Elisabeth het medicijn tijdens het eten innemen?

- Assistente: Nee, met tijdens het eten bedoel ik als u aan het eten bent. Dat is beter voor uw maag. Anders kunt u misselijk worden. Dat is een van de bijwerkingen.
- Elisabeth: Hoe zo, bijwerkingen?
- Assistente: Nou, je kunt er andere klachten van krijgen, last van je maag bijvoorbeeld. Maar als je ze tijdens het eten neemt, dan krijgt u daar niet zo gauw last van.
- Elisabeth: Oké en hoe moet ik de medicijnen bewaren?
- Assistente: Koel en droog, dus niet in de badkamer of in de keuken.
- Elisabeth: O ja, en ...
- Assistente: U kunt alle informatie in de bijsluiter lezen.
- Elisabeth: Oké en moet ik alle tabletten opmaken?
- Assistente: Nee hoor, dat hoeft niet. Het is geen kuur.
- Elisabeth: Kuur?
- Assistente: Ja, een kuur betekent dat u de medicijnen moet opmaken. Maar dat hoeft niet. U kunt er alleen een nemen als u veel pijn heeft.
- Elisabeth: O ja ...
- Assistente: U moet wel oppassen met melkproducten.
- Elisabeth: Met melkproducten?
- Assistente: Ja, u mag de tabletten absoluut niet met melk of yoghurt innemen.
- Elisabeth: Nou, bedankt voor de informatie.
- Assistente: Geen dank, hoor!



DE WOORDEN

Opdracht 5. Lees de woorden.

Zoek deze woorden op in het gesprek op pagina 5. Zet er een streep onder.

Tip: U kunt de woorden ook beluisteren via de radioles op internet.

De bijsluiter

Een bijsluiter is een briefje dat bij de medicijnen zit. Op het briefje staat informatie over het medicijn, bijvoorbeeld hoe je het medicijn moet innemen.

Voorbeeld: In **de bijsluiter** staat dat je de pillen een half uur voor het eten moet innemen.

De bijwerking

Een bijwerking bij een drankje tegen hoofdpijn, is dat het drankje wel goed is tegen pijn in je hoofd, maar je kan door het drankje een andere pijn krijgen, bijvoorbeeld pijn in je buik.

Voorbeeld: Deze medicijnen hebben een vervelende **bijwerking**, je kan er heel erg moe van worden.

Opmaken

Als je het eten **opmaakt**, dan is er geen eten meer over. Je hebt alles opgegeten.

Voorbeeld: U moet het drankje helemaal **opmaken**.

De kuur

Als je **een kuur** van een week met een medicijn krijgt, dan moet je een week dat medicijn gebruiken. Je mag niet stoppen.

Voorbeeld: Je moet al deze pillen op maken want het is **een kuur**, bijvoorbeeld antibiotica.

VRAGEN BIJ HET GESPREK

Opdracht 6. Is de zin goed of fout? Zet een kruisje.

| | | Goed | Fout |
|----|--|------|------|
| 1. | Elisabeth moet de pillen tijdens het eten innemen. | | |
| 2. | Elisabeth mag de medicijnen niet in de keuken bewaren. | | |
| 3. | Elisabeth moet de medicijnen opmaken. | | |
| 4. | Elisabeth moet de pillen innemen met een glas melk. | | |
| 5. | Elisabeth moet de pillen innemen met yoghurt. | | |

Bekijk de antwoorden op p. 21.

Samenvatting

Schrijf in vijf zinnen op waar het gesprek over gaat.
Let op: schrijf dus alleen het belangrijkste op!

.....

.....

.....

.....

.....



Bekijk de antwoorden op p. 21.

SPREKEN

Opdracht 7. Wat kunt u zeggen.

**U weet een woord in het Nederlands niet meer. U vraagt iemand om hulp.
Wat kunt u zeggen?**

1. Dat papiertje bij een medicijn, hoe heet dat ook weer in het Nederlands?
Dat noem je een bijsluiter.
2. Ik weet niet meer hoe dat heet. dat papiertje bij een medicijn.
Dat noem je een bijsluiter.
3. Dat papiertje bij een medicijn, hoe zeg je dat in het Nederlands?
Dat noem je een bijsluiter.
4. Ik ben dat woord vergeten, voor dat papier bij een medicijn.
Dat noem je een bijsluiter.
5. Ik weet het goede woord niet meer, voor dat papiertje bij een medicijn.
Dat noem je een bijsluiter.
6. Dat heet een bijsluiter, klopt dat?
Inderdaad, dat noem je een bijsluiter.

VRAAG EN ANTWOORD

Opdracht 8. Geef het goede antwoord op de vragen.

1. Hoe noem je een medicijn dat je moet doorslikken?

.....
.....

2. Hoe noem je een winkel waar je medicijnen kunt kopen?

.....
.....

3. Hoe noem je het deel van je lichaam waar je eten in komt?

.....
.....

4. Wat doe je als je een tablet inneemt?

.....
.....

5. Wat kun je in de bijsluiter lezen?

.....
.....

Bekijk de antwoorden op p. 21.

SPREKEN

Opdracht 9. Wat kunt u zeggen?

1. U gaat naar de apotheek. Uw kind heeft pijn in zijn hoofd. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de hoofdpijn voor mijn kind?
2. Uw kind heeft pijn in zijn oor. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de oorpijn voor mijn kind?
3. Uw kind heeft koorts. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de koorts voor mijn kind?
4. Uw kind heeft pijn in zijn buik. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de buikpijn voor mijn kind?
5. Uw kind is verkouden. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de verkoudheid voor mijn kind?
6. Uw kind heeft pijn in zijn keel. Wat vraagt u?
Antwoorden: Heeft u iets tegen de keelpijn voor mijn kind?

Nu u! Geef antwoord op de vragen.

1. U gaat naar de apotheek. Uw kind heeft pijn in zijn hoofd. Wat vraagt u?
.....
2. Uw kind heeft pijn in zijn oor. Wat vraagt u?
.....
3. Uw kind heeft koorts. Wat vraagt u?
.....
4. Uw kind heeft pijn in zijn buik. Wat vraagt u?
.....
5. Uw kind is verkouden. Wat vraagt u?
.....
6. Uw kind heeft pijn in zijn keel. Wat vraagt u?
.....

SCHRIJVEN

Opdracht 10. Lees de bijsluiter, beantwoord daarna de vragen.

Bijsluiter

Inname:

Kinderen 0 - 3 jaar: $\frac{1}{2}$ - 1 tablet per dag.

Kinderen 4 – 12 jaar: 1 tablet per keer, maximaal 3 per dag.

Volwassenen: 1 – 2 tabletten per keer, maximaal 6 per dag.

Voor de maaltijd innemen met water.

Bijwerkingen:

Kan zorgen voor rusteloosheid en een verstoorde stoelgang.

Belangrijk!

Niet gebruiken in combinatie met andere medicijnen. Raadpleeg eerst uw arts voordat u deze medicijnen gebruikt tijdens zwangerschap of bij het geven van borstvoeding.

Wanneer de klachten over zijn dient u te stoppen met de medicijnen.

1. Zijn de medicijnen tabletten, of een drankje?

.....

2. Uw kind heeft net gegeten, mag hij nu een tablet innemen?

.....

3. Uw kind is 2,5 jaar oud. Hoeveel tabletten mag uw kind per dag?

.....

4. U bent zwanger. Mag u deze medicijnen gebruiken?

.....

5. U heeft na het gebruik van de medicijnen last van hoofdpijn. Is dit een
bijwerking van het medicijn?

.....

6. Uw kind is 11 jaar, hoeveel tabletten mag hij per keer innemen?

.....

7. Is het een kuur die u moet afmaken?

.....

8. Mag u drie maal daags een tablet innemen?

.....

9. Mag u de medicijnen innemen met alcohol?

.....

Bekijk de antwoorden op p. 21.

DE WOORDEN

Opdracht 11. Welk plaatje hoort bij het woord? Schrijf het goede woord onder het plaatje.

Kies uit: roeren, maag, bijsluiter, tablet, bijwerking en innemen.



1.



2.



3.



4.

PERENTEROL gelulen

PERENTEROL bestaat uit een speciale gist, (koud) gelyofiliseerd, die resistent is aan antibiotica. PERENTEROL wordt vóórgestd in de vorm van gelulen.
De lyophilisatie laat toe de gistcellen levend in een droge vorm te bewaren.
Aldus bezit PERENTEROL het voordeel, uiterst gemakkelijk toegevend te kunnen worden en bovendien een merkwaardig proliferatievermogen te bezitten.

Werking

PERENTEROL is een bijzondere gist behorende tot de *Saccharomyces bouvardii* stam.
De buitengevone ontwikkeling op 37°C heeft een snelle voortplanting in het darm-midden als gevolg.
Deze gist bouwt de vitamines van het B complex op: 'Voor iedere vitamine B is gist de beste bron' (Thiers).

5.

Welk woord blijft over?

Bekijk de antwoorden op p. 22.

DE WOORDEN

Opdracht 12. Schrijf het goede woord op.

1. Hierin komt je eten.
2. Briefje dat bij de medicijnen zit.
3. Een soort pil.
4. Drie keer per dag.
5. Een tablet doorslikken.

Maak nu zinnen met deze woorden. Schrijf eerst het woord op, maak daarna een zin.

1.

.....
.....

2.

.....
.....

3.

.....
.....

4.

.....
.....

5.

.....
.....

EXTRA

Kan je ook 1 zin maken waarin vier van deze woorden voorkomen?

.....
.....

Bekijk de antwoorden op p. 22.

SPREKEN

Spreek samen!

Zoek een taalvriend. Een taalvriend is iemand die goed Nederlands spreekt. Een vriend. Of misschien iemand van uw werk. Of uw buurman. Doe samen met uw Taalvriend de spreekopdrachten. Lees samen. De een leest A, de ander B.

Opdracht 13. Lees samen met uw taalvriend:

A Hoe vaak moet ik dit innemen?

B Ik denk: drie maal daags een tablet!

A drie maal daags?

B Ja, drie keer per dag.

A Hoe moet ik dit innemen?

B Ik denk: oplossen in een glas water

A Oplossen in water?

B Ja, de pil in water doen en dan goed roeren!

A Wanneer moet ik dit innemen?

B Ik denk: tijdens het eten.

A tijdens het eten?

B Ja, als je aan het eten bent.

A Waar moet ik het bewaren?

B Ik denk: droog en koel

A droog en koel?

B Ja, dus niet op de badkamer!

A Moet ik al die tabletten gebruiken?

B Ik denk het wel: het is een kuur!

A Een kuur?

B Ja, je moet ze allemaal opmaken.

A Hoe weet jij dat allemaal?

B Nou gewoon, ik lees de bijsluiter, hè!

A de bijsluiter?

B Ja, dat papiertje met informatie over de medicijnen!

?? **VRAAG VAN DE LES** ??
Elisabeth krijgt bij de medicijnen een bijsluiter. Wat is een bijsluiter?

LEZEN

Opdracht 14. Lees.

DE INFORMATIE.

Het gebruik van medicijnen.

Wat moet u weten?

Als u een medicijn gaat gebruiken, dan moet u weten:

- Waar het medicijn voor is, bijvoorbeeld voor hoofdpijn.
- Hoe u het moet gebruiken, bijvoorbeeld innemen met water.
- Wanneer u het moet gebruiken, bijvoorbeeld voor of na de maaltijd.
- Hoe lang u het moet gebruiken, bijvoorbeeld of het een kuur is.
- Wat de bijwerkingen van het medicijn zijn, bijvoorbeeld pijn in uw maag.
- Met welke medicijnen u dit medicijn niet samen mag gebruiken.
- Of u mag auto rijden of met een machine werken.
- Wanneer u het medicijn niet mag gebruiken, bijvoorbeeld als u zwanger bent.
- Wat u moet doen als u een keer vergeten bent het medicijn in te nemen.

Weet u één van deze dingen niet? Vraag dan om advies in de apotheek of aan uw arts.

TIP VAN DE WEEK 1

Als u niet precies weet hoe u een woord zegt, dan kunt u ook om hulp vragen.

U kunt zeggen:

- Hoe heet dat ook al weer?
- Hoe noem je dat?
- Hoe zeg je dat in het Nederlands?
- Ik weet het goede woord niet meer.

Dus vraag het, als u niet weet hoe u een woord zegt in het Nederlands. Zo leert u nieuwe woorden!

TIP VAN DE WEEK 2

Medicijnen voor uw kind.

Als u bij de apotheek medicijnen haalt voor uw kind, zeg dan altijd hoe oud uw kind is. Kinderen mogen niet dezelfde medicijnen als volwassenen hebben. Soms moet u ook vertellen hoeveel uw kind weegt.

TIP VAN DE WEEK 3

Op ETV en de website ETV.nl. zijn verschillende programma's over gezondheid te vinden.
Bijvoorbeeld: *Dag dokter! En de Thuisdokter.* Kijken dus!!

PRAKTIJK

Opdracht 15. Kijk in de praktijk.

PRAKTIJKOPDRACHT

De opdracht is:

INFORMATIE VRAGEN

- Ga naar de apotheek bij u in de buurt.
- Vraag informatie bij de apotheek, vraag wat u moet doen als uw kind koorts heeft.
Heeft u geen kinderen? Vraag dan wat u moet doen als u koorts heeft.
- Vraag of de apotheek een folder met informatie heeft.

HOE GAAT HET?




Opdracht 16. Kent u de woorden? Kruis aan.

- De bijsluiter
- De bijwerking
- Opmaken
- De kuur
- De maag
- Het tablet
- Innemen
- Oplossen
- Roeren
- Drie maal daags

Opdracht 17. Kunt u het in het Nederlands?

Deze les ging over de apotheek. U heeft geleerd hoe u om informatie en hulp kunt vragen en hoe u kunt waarschuwen en de bijsluiter kunt lezen. U heeft ook geleerd wat u kunt zeggen als u iets niet weet of niet begrijpt.

En u? Kunt u waarschuwen en kunt u de bijsluiter lezen? Kunt u informatie er hulp vragen? Weet u wat u kunt zeggen als u iets niet weet of begrijpt. Kunt u dat goed of nog niet zo goed? Schrijf het op. Zet een kruisje.

| |  Goed |  Gaat wel |  Niet zo goed... |
|---|--|--|---|
| Ik kan waarschuwen. | | | |
| Ik kan een bijsluiter lezen. | | | |
| Ik kan om hulp en informatie vragen. | | | |
| Ik weet wat ik kan zeggen als ik iets niet weet of begrijp. | | | |

ANTWOORDBLAD

Opdracht 3.

1. Fout, Elisabeth gaat naar de apotheek.
2. Goed, Elisabeth krijgt een doosje met pillen.
3. Fout, Elisabeth krijgt pillen en geen drankje.
4. Fout, Elisabeth hoeft de pillen niet in te nemen.
5. Fout, Elisabeth moet de pillen tijdens het eten innemen.

Opdracht 6.

1. Goed, Elisabeth moet tijdens het eten de pillen innemen.
2. Goed, Elisabeth mag de medicijnen niet in de keuken of in de badkamer bewaren.
3. Fout, Elisabeth hoeft alleen een pil te nemen als ze pijn heeft.
4. Fout, Elisabeth moet de pillen innemen met water.
5. Fout, Elisabeth moet de pillen innemen met water.

Samenvatting

Let op! Dit is een samenvatting van het gesprek, hierin staan de belangrijkste dingen uit het gesprek. Uw vijf zinnen kunnen anders zijn!

Elisabeth gaat met het recept naar de apotheek. Ze krijgt een doosje met pillen tegen de pijn. De assistente in de apotheek geeft informatie over de medicijnen. Ze vertelt hoe Elisabeth de medicijnen moet gebruiken. Ze hoeft alleen een pil te nemen als ze erg veel pijn heeft. In de bijsluiter staat ook hoe je het medicijn moet gebruiken.

Opdracht 8.

1. Dat is een pil, een tablet of een drankje.
2. Dat noem je een apotheek.
3. Dat is je maag.
4. Dan slik je een tablet door.
5. Hoe je het medicijn moet innemen.

Opdracht 10.

1. Tabletten.
2. Nee, de medicijnen moeten voor het eten ingenomen worden.
3. $\frac{1}{2}$ - 1 tablet per dag.
4. Alleen als u dit eerst overlegd heeft met uw arts.
5. Nee, de bijwerkingen zijn rusteloosheid en een verstoorde stoelgang.
6. 1 tablet per keer.
7. Nee, als u geen klachten meer heeft dan moet u stoppen met de medicijnen.
8. Ja, volwassenen mogen dat.
9. Nee, u moet de medicijnen innemen met water.

Opdracht 11.

1. Innemen
2. Roeren
3. Maag
4. Tablet
5. Bijsluiter

Het woord dat overblijft is: **Bijwerking**

Opdracht 12.

1. Maag
2. Bijsluiter
3. Tablet
4. Drie maal daags
5. Innemen

1. Maag

Ik heb honger. Ik heb een lege **maag**.

2. Bijsluiter

In **de bijsluiter** staat dat je de pillen een half uur voor het eten moet innemen.

3. Tablet

Je moet drie keer per dag een **tablet** nemen. Dan gaat de hoofdpijn over.

4. Drie maal daags

U moet deze medicijnen **drie maal daags** innemen.

5. Innemen

Je kunt de pillen het beste met water **innemen**.

EXTRA:

In de bijsluiter staat dat je het tablet drie maal daags in moet nemen.

Vraag van de les:

Een bijsluiter is een papier dat je bij medicijnen krijgt. In een bijsluiter staat informatie over het medicijn. Er staat bijvoorbeeld op hoe je de medicijnen moet innemen.



OEFENEN VOOR HET INBURGERINGSEXAMEN

Deze les over de apotheek past in het deel *OGO* van het Inburgeringsexamen.

Taalvriend

Zoek een taalvriend, iemand die goed Nederlands spreekt. Het is handig als u een taalvriend heeft om samen de oefeningen mee te doen

Kijk naar films van ETV

Op de website ETV.nl vindt u films die gaan over gezondheid. Eén van de programma's is Taalklas. Bekijk de aflevering van Taalklas over de apotheek op:

<http://www.etv.nl/index.cfm?act=programma.speel&flm=&pid=71&aid=137>

In deze les gaat het over twee situaties van het examen:

- Een recept kunnen ophalen.
- Een bijsluiter lezen.
- Vragen kunnen stellen en kunnen beantwoorden.

Lees het gesprek nog eens en let op de situaties. Leer de zinnen.

Opdracht.

Bekijk de film en doe mee met de oefeningen!

Kijk voor meer informatie over het inburgeringsexamen op: www.hoemoetikinburgeren.nl