

A) Étiquettes de médicaments : mots clés

Contenants	Médicament
Dossier	Pharmacien
Effet	Principal
Étiquettes	Problème
Indications	Questions
Interaction	Spécialiste
Liste	
Médecin	

B) Introduction

Résultats d'apprentissage

À la fin de cette leçon, les participants devront pouvoir :

- a) **utiliser** les mots indiqués sur la liste de mots clés ainsi qu'expliquer ce qu'ils signifient par rapport à la leçon et à leur vie;
- b) **expliquer** les informations que l'on trouve en général sur les médicaments, qu'ils soient d'ordonnance ou non;
- c) **expliquer** les informations de base se trouvant sur leurs médicaments;
- d) **expliquer** le sens des étiquettes de mise en garde;
- e) **remplir** un carnet médical personnel.

Activités de la Leçon 7

Les activités de la Leçon 7 sont les suivantes :

- a) Exercice de **lecture** sur les messages des étiquettes de médicaments.
- a) Exercice **Trouver les mots manquants** à partir des mots se trouvant sur la liste des mots clés.
- b) **Recherche de mots** pour trouver les termes qui se trouvent sur la liste des mots clés.
- c) **Lire** les étiquettes de médicaments.
- d) Exercices d'**écriture** *The LaRue Medical Literacy Exercises* créés par Charles LaRue et proposés par le Minnesota Department of Education et le Minnesota Literacy Council sont en anglais seulement. (www.mcedservices.com)

Ces activités sont expliquées plus en détail dans les pages qui suivent. Les animateurs peuvent proposer des activités supplémentaires pour permettre aux participants de mieux comprendre les étiquettes de médicaments.

C) Exercice de lecture

Remarques pour l'animateur: Selon le test SMOG, le texte qui suit correspond à la 9^e année, ou au niveau de littératie 2, et peut être lu en faisant appel aux techniques de *lecture assistée* ou de *récitation en cœur*. Pour la lecture *assistée*, l'animateur et les apprenants lisent une partie du texte chacun à leur tour, alors que pour la *récitation en cœur*, tout le monde lit ensemble. Ces techniques sont expliquées plus en détail dans la Partie 2 du guide du Programme de formation et d'accréditation des éducateurs et formateurs de la Nouvelle-Écosse.

Tirer le maximum d'un médicament

Il se peut que votre médecin vous ait prescrit un ou plusieurs médicaments. Faites en sorte de bien connaître le nom du médicament en question et de comprendre pourquoi vous devez le prendre. Demandez au médecin d'écrire pendant combien de temps vous devez le prendre et combien de fois par jour ou par semaine. Écrivez toutes les indications spéciales que le médecin vous donne, par exemple les aliments et les boissons que vous devez éviter. Si vous prenez déjà des médicaments, dites-le à votre médecin pour qu'il puisse éviter les interactions dangereuses.

Il arrive que les médicaments provoquent chez les personnes âgées des réactions différentes de celles qui peuvent se produire chez des personnes plus jeunes. Si le médicament que vous devez prendre n'a aucun effet ou cause certains problèmes, parlez-en à votre médecin. Il est préférable que vous ne décidiez pas seul d'arrêter la prise d'un médicament. Si vous arrêtez de prendre un médicament, dites-le à votre médecin le plus rapidement possible.

C) Exercice de lecture (suite)

Si un autre médecin (par exemple un spécialiste) vous prescrit un médicament, appelez le bureau de votre principal médecin pour l'informer sur ce nouveau médicament. De plus, appelez votre médecin avant de prendre des médicaments sans ordonnance. Il peut être utile de faire une liste de tous les médicaments que vous devez prendre et quand vous devez les prendre.

Vous pouvez également vous renseigner auprès de votre pharmacien. En plus de répondre à vos questions et de vous aider à choisir un médicament sans ordonnance, le pharmacien possède un dossier de toutes les ordonnances que vous avez fait remplir à cette pharmacie. En raison de ce dossier, il est donc important de se rendre dans la même pharmacie. Si vous le demandez, le pharmacien peut vous donner des contenants faciles à ouvrir et peut-être imprimer les étiquettes avec des grosses lettres.

(Adapté à partir du guide *Talking with your Doctor: A Guide for Older People*, Ageing International, hiver 2003, vol. 28, n° 1, pages 98-113.)

Source: Feuille de renseignements n° 2 : *Tout sur les nutriments* – Site Web de l'Association canadienne du diabète/Les diététistes du Canada)

D) Exercice : Trouvez les mots manquants

Remarques pour l'animateur: Après avoir lu le texte précédent une première fois, les apprenants doivent le relire en trouvant les mots manquants à partir de la liste des mots clés. Cet exercice permet de renforcer la compréhension du texte et de placer un certain nombre de mots dans leur contexte.

Activité pour les participants

Tirer le maximum d'un médicament

Il se peut que votre médecin vous ait prescrit un ou plusieurs médicaments. Faites en sorte de bien connaître le nom du médicament en question et de comprendre pourquoi vous devez le prendre. Demandez au _____ d'écrire pendant combien de temps vous devez le prendre et combien de fois par jour ou par semaine. Écrivez toutes les _____ spéciales que le médecin vous donne, par exemple les aliments et les boissons que vous devez éviter. Si vous prenez déjà des médicaments, dites-le à votre médecin pour qu'il puisse éviter les _____ dangereuses.

Il arrive que les médicaments provoquent chez les personnes âgées des réactions différentes de celles qui peuvent se produire chez des personnes plus jeunes. Si le _____ que vous devez prendre n'a aucun _____ ou cause certains _____, parlez-en à votre médecin. Il est préférable que vous ne décidiez pas seul d'arrêter la prise d'un médicament. Si vous arrêtez de prendre un médicament, dites-le à votre médecin le plus rapidement possible.

D) Exercice : Trouvez les mots manquants (suite)

Si un autre médecin (par exemple un _____) vous prescrit un médicament, appelez le bureau de votre _____ médecin pour l'informer sur ce nouveau médicament. De plus, appelez votre médecin avant de prendre des médicaments sans ordonnance. Il peut être utile de faire une _____ de tous les médicaments que vous devez prendre et quand vous devez les prendre.

Vous pouvez également vous renseigner auprès de votre _____. En plus de répondre à vos _____ et de vous aider à choisir un médicament sans ordonnance, le pharmacien possède un _____ de toutes les ordonnances que vous avez fait remplir à cette pharmacie. En raison de ce dossier, il est donc important de se rendre dans la même pharmacie. Si vous le demandez, le pharmacien peut vous donner des _____ faciles à ouvrir et peut-être imprimer les _____ avec des grosses lettres.

E) Exercice : Recherche de mots

Remarques pour l'animateur: Pour cette activité, les apprenants doivent encrer des mots qui se trouvent sur la liste des mots clés. Pour faciliter leur travail, proposez-leur d'écrire les mots en question dans la marge. Cet exercice permet de reconnaître des mots et de s'en souvenir. (La solution se trouve à l'annexe.)

Activité pour les participants

B	P	N	E	I	C	A	M	R	A	H	P
S	S	T	N	A	N	E	T	N	O	C	T
N	P	S	N	O	I	T	S	E	U	Q	N
O	R	R	E	I	S	S	O	D	B	T	E
I	O	P	V	Q	K	L	F	O	P	E	M
T	B	D	E	T	S	I	L	O	V	F	A
A	L	U	R	B	G	K	A	S	R	F	C
C	E	O	N	I	C	E	D	E	M	E	I
I	M	L	A	P	I	C	N	I	R	P	D
D	E	S	E	T	T	E	U	Q	I	T	E
N	O	I	T	C	A	R	E	T	N	I	M
I	E	T	S	I	L	A	I	C	E	P	S

F) Exercices d'écriture

Remarques pour l'animateur:

a) **Feuilles d'activités** : La partie *Références et ressources* proposent trois types d'activités que les participants devraient essayer de faire :

- A) Étiquettes de médicaments d'ordonnance
- B) Étiquettes de médicaments sans ordonnance
- C) Étiquettes de mise en garde

(Les activités peuvent être adaptées en français.)

Ces activités, appelées *The LaRue Medical Literacy Exercises*, ont été créées par Charles LaRue et sont proposées par le Minnesota Department of Education and Minnesota Literacy Council. Pour y accéder, cliquez sur www.mcedservices.com, sur « Online activities » puis sur « Medicine labels and warning ».

b) **Carnet de médicaments** : La partie *Références et ressources* de cette leçon propose une brochure conviviale ayant pour titre *L'information est la meilleure prescription*. Cette brochure, publiée par les Compagnies de recherche pharmaceutique du Canada, permet de noter des renseignements comme le nom de votre médecin, votre histoire médicale, les allergies dont vous souffrez, le nom de certaines personnes-ressources, les médicaments d'ordonnance et autres médicaments que vous prenez, etc. Vous pouvez vous procurer cette brochure dans les pharmacies ou la commander à partir du site www.canadapharma.org : cliquez sur « Info-patient ».

Références et ressources

Titre	Information
<i>L'information est la meilleure prescription</i>	<p>Cette brochure propose un certain nombre d'informations de base sur ce qu'il faut faire pour connaître les médicaments que vous prenez. Vous pouvez également vous en servir pour noter des renseignements comme le nom de votre médecin, votre histoire médicale, les allergies dont vous souffrez, le nom de certaines personnes-ressources, les médicaments d'ordonnance et autres médicaments que vous prenez, etc. Vous pouvez vous procurer cette brochure dans les pharmacies ou la commander à partir du site www.canadapharma.org : cliquez sur « Info-patient ».</p>
<i>The LaRue Medical Literacy Exercises</i>	<p>Ces activités, destinées aux adultes qui ont des problèmes de lecture et d'écriture, ont été créées par Charles LaRue et sont proposées par le Minnesota Department of Education and Minnesota Literacy Council. Il s'agit d'activités sur la compréhension des étiquettes des médicaments d'ordonnance et sans ordonnance, ainsi que des mises en garde. Cliquez sur www.mcedservices.com.</p>
<i>Medicines and Older Adults</i>	<p>Brochure sur les précautions liées à la prise de médicaments, publiée par la U.S. Food and Drug Administration. Cliquez sur www.fda.gov.</p>

<p><i>Questions à poser à votre médecin et à votre pharmacien : Guide à l'intention des aînés</i></p>	<p>Ce guide, destiné aux personnes âgées vivant au Manitoba, proposent de nombreuses informations sur les médicaments et les programmes offerts dans la province. Il est publié par le Secrétariat manitobain du mieux-être des personnes âgées et du vieillissement en santé.</p> <p>http://www.gov.mb.ca/shas/pdf/questions.fr_05.pdf</p>
---	---