



ÁLTALÁNOS ISKOLA

1. ÓRA

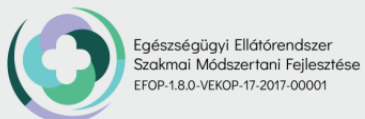
Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma:
2019.03.20.



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanórára

Célcsoport/osztály: 5. osztály (1. óra)

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Alapismeretek a gyógyszerekről, hagyományos növényi gyógyszerekről és étrend-kiegészítőkről

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

- Feldolgozandó ismeretek:** A gyógyszerek hatásossága, biztonsága. Recept, eRecept. Az ellenőrző hatóság (Országos Gyógyszerészeti és Élelmezéstudományi Intézet) feladatai. A gyógyszerek, étrend-kiegészítők és hagyományos növényi készítmények (gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmény) közötti különbség. A gyógyszerek, gyógyhatású készítmények hatósági ellenőrzése. A betegtájékoztató megismerése. A mellékhatások jelentősége, a gyógyszereszedés haszna és kockázata. Az eRecept használata. Patikák régen és ma.
- Kulcsfogalmak, ismeretek:** gyógyszertár (patika), gyógyszer, gyógytermék, étrend-kiegészítő, hatósági ellenőrzés, recept, recept nélkül kiadható, reklám, lejáratidő, alkalmazási mód, eRecept, ártámogatás, alkalmazási előirat, betegtájékoztató, mellékhatás, haszon, kockázat.
- Kapcsolódás a tantárgyak között:**
Technika, életvitel és gyakorlat, Környezetismeret, Egészségtan, Informatika
- Kapcsolódás a többi modul között:**
Egészséges Környezet, Táplálkozás, Digitális világ (Egészségtudatos eszközhasználat), Káros szenvedélyek, Modulok közös tartalmi elemei: Higiénia, Prevenció
- A foglalkozás fejlesztési eredményei:** A tanuló ismeri a különbséget a gyógyszerek, gyógytermékek és étrend-kiegészítők között és szükségleteinek megfelelően választ közöttük. Kritikával értékeli a reklámokat. Megérti, hogy a gyógyszereszedésnek mindig van kockázata (mellékhatás) és a haszon-kockázat arány figyelembevételével dönt, legalább a betegtájékoztató ismeretében alkalmazza. Megismeri az eRecept használatát.
- Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak és a szülőknek:**
<https://www.ogyei.gov.hu/nyitoldal/> az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI) honlapja



https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/ tájékoztató az étrend-kiegészítőkről az OGYÉI honlapján

https://www.ogyei.gov.hu/gyogytermek_adatbazis/ gyógyszertermék adatbázis az OGYÉI honlapján

http://neak.gov.hu/felso_menu/lakossagnak/gyogyszerkereso gyógyszerkereső a NEAK honlapján

https://www.hazipatika.com/napi_egeszseg/orvosnal/cikkek/mi_is_az_a_gyogyszer/20090422130959 gyógyszer definíció

<http://www.magyosz.org/hu/oldal/mi-a-kulonbseg-a-gyogyszer-es-az-etrend-kiegeszito-kozott> Magyarországi Gyógyszergyártók Országos Szövetsége (MAGYOSZ) tájékoztatója a gyógyszer és étrend-kiegészítő közötti különbségről

<https://www.youtube.com/watch?v=02Jci71s9-w> Okosdoboz: gyógyszerek és mellékhatások videó (2p 16mp)

https://anyanyelvcsavar.blog.hu/2017/10/10/patika_vagy_gyogyszertar Patika (patikus) vagy gyógyszertár (gyógyszerész)? Melyik elnevezés a helyes? Grétsy László nyelvész kifejtése

<http://semmelweismuseum.hu/arany-sas-patikamuzeum/> Arany Sas Patikamúzeum honlapja (múzeumpedagógia)

<https://www.magyosz.org/hu/oldal/mi-a-kulonbseg-a-gyogyszer-es-az-etrend-kiegeszito-kozott?> MAGYOSZ honlapján összefoglaló a gyógyszer és étrend-kiegészítők közötti különbségekről



| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói/tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|---|--|--|--|
| 2 perc | Gyógyszerek a háztartásban. | I. <u>Az óra/foglalkozás bevezetése</u> Előkészítés: A tanulók szüleikkel együtt nézzék meg, milyen gyógyszerek vannak otthon. Közös nézzék meg az egyik gyógyszer betegtájékoztatóját, olvassák el, hogy nagyvonalakban miről szól. | előkészítés: önálló, otthoni feladat | gyógyszerek betegtájékoztatói |
| 3 perc | | <i>Mai témánk: a gyógyszer Mindannyian voltunk már betegek, olykor szükség van rá, hogy gyógyszert használjunk: szirupot, tablettát, spray-t, cseppeket stb. Sok formája létezik. Ma ezzel kapcsolatban beszélgetünk.</i> | | |
| 5 perc | | II. <u>Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és ismeretátadás</u> Ráhangolódásként nézzék meg a következő rövid kisfilmet a gyógyszerekről: https://www.youtube.com/watch?v=02Jci71s9-w Okosdoboz: gyógyszerek és mellékhatások videó (2p 16mp) <i>Jelentkezzen, akinél semmilyen gyógyszer</i> | közös filmnézés frontális megbeszélés | Projektor, internet Projektor A beszélgetés alatt felvetíthető az 1. |



| | | | | |
|---------|---------------------------|--|---|--|
| | | <p><i>nincs otthon! (nincs ilyen tanuló). Mindenkinél vannak otthon gyógyszerek. Mi az a gyógyszer? Próbáljuk megfogalmazni, definiálni. Milyen tulajdonságai fontosak? (emeljük ki: hatásos, biztonságos)</i></p> | tanári kérdések | Melléklet |
| 10 perc | A gyógyszer meghatározása | <p>III. Új ismeret átadása feladatokkal, megfigyelésekkel, gyakorlatokkal</p> <p>A gyógyszer, egyszerűen: amit a hatáság gyógyszerként vesz nyilvántartásba. <i>Hosszabban: valamilyen betegség, tünet ellen kialakított vegyi anyag, melynek hatásosságát és biztonságosságát a vizsgálatok megerősítették.</i> Kulcsszó: hatásos és biztonságos (arányosan, a haszon-kockázat egyensúlyát mérlegelve). <i>A gyógyszereket bizonyos tünetekre, betegségekre ajánlják az orvosok (ezek a „javallatok” vagy „indikációk”).</i></p> <p><i>A gyógyszer legfontosabb jellemzője a hatóanyaga, az a kémiai anyag, ami kifejti a hatást.</i> <i>A gyógyszerek a kívánt hatás mellett sokszor különböző mellékhatást is okoznak. Sajnos, nincs teljesen mellékhatás nélküli gyógyszer. Ezek a mellékhatások sokszor ártalmatlanok (pl. enyhe fejfájás, gyomorfájás), néha súlyosak is lehetnek. A gyógyszer legfontosabb jellemzőit a</i></p> | frontális tanári magyarázat | |
| | Hatóanyag, mellékhatás. | | tanári kérdések csoportos vagy páros feladat | 2. Melléklet – Betegtájékoztató tartalma |



| | | | | |
|---------|---|---|---------------|---|
| 10 perc | Recept eRecept Gyógyszerek, hagyományos növényi gyógyszerek, étrend-kiegészítők | <i>„betegtájékoztató” nevű dokumentum tartalmazza, mely benne van minden gyógyszer dobozában, de a www.ogyei.gov.hu oldalról is letölthető.</i> | csoporthmunka | 3. Melléklet – Táblázat a gyógyszerek, étrend-kiegészítők és hagyományos növényi gyógyszerek közötti különbségről www.ogyei.gov.hu |
| 5 perc | Gyógyszergyártás, ellenőrzés, engedélyezés | <i>Részben a mellékhatások gyakoriságától és súlyosságától függően, részben a betegség formáitól, súlyosságától függően kaphatók a</i> | | |



| | | | | |
|--------|--|--|---|---|
| 5 perc | Szent-Györgyi Albert orvosi és élettani Nobel-díjas magyar orvos, biokémikus. 1930-as évek elején izolálta a C-vitamint, munkatársaival együtt áttörést ért el az izomműködés biokémiájának megértésében | <p>gyógyszerek receptre (azaz: orvosi előírásra) vagy recept nélkül (azaz saját döntésre). A recept most már lehet eRecept is, azaz interneten elérhető, bármelyik patikában kiváltható az országban. A e-recept lényege, hogy papír alapú recept nélkül is bárhol kiválthatjuk az orvos által felírt gyógyszereket TAJ számunk alapján. Többnyire a recept nélküli gyógyszereket, gyógytermékeket és étrend-kiegészítőket hirdetik a médiában. A hagyományos növényi gyógyszerek és étrend-kiegészítők () hatásossága és biztonságossága a gyógyszereknél kevésbé bizonyított, gyakran népi hagyományokon alapul.</p> <p>Feladat: táblázat tanulmányozása, csoportmunkában 1-1 témakör bemutatására felkészülés, majd frontális előadás. Végén tanári összegzés.</p> <p>A gyógyszerek kifejlesztése sok időbe (5-10 év) nagyon sok pénzbe kerül. Az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI) tartja nyilván a nyilvános listájukban, azt Magyarországon nem ellenőrizték, nem engedélyezték – megvásárlásuk, fogyasztásuk nem ajánlott.</p> <p>Miért szed valaki gyógyszert? Hatásosság szempontjából vannak pl. láz-, fájdalomcsillapítók, vérnyomás csökkentők, antibiotikumok, nyugtatók,</p> | frontális, tanári bemutatás, irányított tanári kérdések páros vagy egyéni feladat | internet internet Felvetíteni a feladat megoldása alatt: 2. Melléklet |
|--------|--|--|---|---|





| | | | | |
|--------|---|---|-------------------------|---|
| 5 perc | Gyógyhatású termékek reklámozása – mire figyeljünk? | <p><i>koleszterincsökkentők. Előfordul, hogy megelőzés miatt fogyasztunk gyógyterméket, pl. étrend-kiegészítő, vitaminokat.</i></p> <p><i>Kutatómunka az interneten: Biztosan hallottatok Szent-Györgyi Albertről. Ki ő? Milyen felfedezés fűződik a nevéhez? A https://www.magyosz.org/hu/oldal/erdekes-segek-a-magyar-gyogyszeripar-tortenetebol oldalon keressétek meg Szent-Györgyi Albertről szóló érdekességet. Megtaláltátok?</i></p> <p><i>Miután megtalálták: Szent-Györgyi Albert nevéhez fűződik a C-vitamin első előállítása tiszta formában, melyet az elterjedt tévhittel ellentétben nem citromból, hanem paprikából végzett.</i></p> <p><i>Mikor szedünk C-vitamint? Főleg őszi-téli időszakban, étrend-kiegészítőként. Hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.</i></p> <p><i>opcionális feladat: a tanulók keressenek képeket régi és új patikákról. Milyen különbségeket látnak? (Beszélgetés a 3. Melléklet alapján)</i></p> <p><i>Gyakran hallhatjuk gyógyhatású termékek reklámját különböző médiumokban: rádióban, tévében, az interneten.</i></p> | beszélgetés frontálisan | Forrás: https://hu.wikipedia.org/wiki/Szent-Gy%C3%B6rgyi_Albert 3. Melléklet – Régi és új patikák |
|--------|---|---|-------------------------|---|



| | | | | |
|--------|--|--|---|-----------------|
| | | <p>Világítsunk rá: gyógyszerreklámok legfontosabb mondata: „A kockázatok és mellékhatások tekintetében olvassa el a betegtájékoztatót vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!”</p> <p>Tehát nagyon fontos, hogy gyógyszert csak gyógyszertárból szabad vásárolni és hogy gyógyszert csak orvos (házi gyermekorvos) írhat fel.</p> <p>A reklámozott termékek gyakran gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású termékek. Fontos az elővigyázatosság, illetve az orvosi konzultáció. A médiában a recept nélkül kapható gyógyszerek hirdetése engedélyezett. Többségüknek kevés, vagy enyhe mellékhatásai vannak.</p> | | |
| 5 perc | | <p>IV. Óra végi összefoglalás. isméltés, gyakorlás: ismeretek alkalmazása.</p> <p>Irányított kérdésekkel összefoglalni:</p> <ul style="list-style-type: none">- Mi a gyógyszer?- Miért fontos elolvasni a betegtájékoztatót?- Mi a különbség gyógyszer, gyógytermék és étrend-kiegészítő között?- Ki volt Szent-Györgyi Albert?- Ki javasolhat, írhat fel gyógyszert? <p>Javasolt otthoni feladat: A szülőkkkel átnézni a házi patikát és a lejárt</p> | irányított kérdések - frontális megbeszélés | otthoni feladat |



| | | | | |
|--|--|--|------------|--|
| | | gyógyszereket visszavinni a gyógyszertárba (veszélyes hulladék!). | kijelölése | |
|--|--|--|------------|--|



10 perces kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 5. osztály (1. óra)

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Mit kell tudni a gyógyszerekről? A betegtájékoztató tartalma, az eRecept.

Órakeret/Időtartam: 10 perces blokk (45 perces órából/foglalkozásból kiemelve)

| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói/tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|---|--|--|--|
| 1 perc | | I. <u>Az óra/foglalkozás bevezetése</u> <i>Mindannyian voltunk már betegek, olykor szükség van rá, hogy gyógyszert használjunk: szirupot, tablettát, spray-t, cseppeket stb. Sok formája létezik. Ma ezzel kapcsolatban beszélgetünk.</i> | | |
| 4 perc | Mi a gyógyszer? | II. <u>Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és az ismeret/tudásátadás</u> A gyógyszer, egyszerűen: amit a hatóság gyógyszerként vesz nyilvántartásba. Hosszabban: valamilyen betegség, tünet ellen kialakított vegyi anyag, melynek hatásosságát és biztonságosságát a vizsgálatok megerősítették. Kulcsszó: hatásos és biztonságos (arányosan, a haszon-kockázat egyensúlyát mérlegelve). A gyógyszereket bizonyos tünetekre, betegségekre ajánlják az orvosok (ezek a | | 1. Melléklet – Gyógyszerek felvetítése |



| | | | | |
|--------|---------------------------|---|-----------------------|---|
| | | <p>„javallatok” vagy „indikációk”). A gyógyszer legfontosabb jellemzője a hatóanyaga, az a kémiai anyag, ami kifejti a hatást.</p> | | |
| 3 perc | Betegtájékoztató tartalma | <p>A gyógyszer legfontosabb jellemzőit a „betegtájékoztató” nevű dokumentum tartalmazza, mely benne van minden gyógyszer dobozában. A betegtájékoztató tartalmának megbeszélése. Beszéljék át, miért fontos tájékozódni a betegtájékoztatóból, mielőtt beszedjük a gyógyszert.</p> | frontális megbeszélés | |
| 2 perc | eRecept | <p>Gyógyszert csak orvos írhat fel, a hagyományos papíralapú recepteket felváltotta az eRecept. Az e-Recept lényege, hogy papír alapú recept nélkül is bárhol kiválthatjuk az orvos által felírt gyógyszereket TAJ számunk alapján.</p> <p>Javasolt otthoni feladat: A szülőikkel átnézni a házi patikát és a lejárt gyógyszereket visszavinni a gyógyszertárba (veszélyes hulladék!).</p> | otthoni feladat | 2. Melléklet – Betegtájékoztató tartalma |



1. Melléklet – Gyógyszerek



Képek forrásai: [freepik.com](https://www.freepik.com)

2. Melléklet – Betegtájékoztató tartalma

1. Milyen típusú gyógyszer és milyen betegségek esetén alkalmazható?
2. Tudnivalók a gyógyszer szedése előtt.
3. Hogyan kell szedni?
4. Lehetséges mellékhatások
5. Hogyan kell a gyógyszert tárolni?
6. A csomagolás tartalma és egyéb információ



3. Melléklet – Táblázat a gyógyszerek és étrend-kiegészítők közötti különbségről

| Gyógyszer | Étrend-kiegészítő | Hagyományos növényi gyógyszerek (régében: gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmény) |
|--|---|---|
| <i>Emberi betegségek megelőzésére vagy kezelésére szolgál. A gyógyszerek alkalmazásának a célja mindig az ember valamely élettani funkciójának helyreállítása, javítása vagy módosítása, illetve az orvosi diagnózis felállítása. Valamilyen betegség, tünet ellen kialakított vegyi anyag, melynek hatásosságát és biztonságosságát a vizsgálatok megerősítették.</i> | Élelmiszer , nem gyógyszer! Létfontosságú vagy egyéb táplálkozási, illetve élettani hatással rendelkező anyagokat koncentrált formában tartalmazó készítmény, amely segítségével elkerülhető vagy megszüntethető ezen anyagok (vitaminok, ásványi anyagok, stb.) hiánya. Az étrend-kiegészítők kedvező hatást gyakorolnak az emberi szervezetre, azonban e termékeknek nem tulajdonítható betegséget megelőző vagy gyógyító hatás. | Nem minősülnek gyógyszernek, de sok esetben hasznosak lehetnek. Általában a gyógyszereknél gyengébb hatóanyaggal vannak ellátva, és inkább a megelőzésben, szinten tartásban tudnak segíteni, a gyógyszerek mellett elősegíthetik a gyógyulást. Az egyszerű gyógynövények és a gyógyszerek között helyezkenek el. Az egészséges életmód részei lehetnek de komoly gyógyításban nem lehet szerepük. Kisebb problémákra orvosok is ajánlhatják. A betegségek, elváltozások megelőzésében, időbeni eltolásában lehet szerepe. |
| <i>klinikai vizsgálaton alapul - A gyógyszerek terápiás hatásosságának (gyógyhatás) igazolásához alapos, a termékek minden hatására és mellékhatására kiterjedő laboratóriumi, majd állatkísérlet-sorozatot, végül egészséges és beteg emberek bevonásával klinikai vizsgálatokat kell végezni. Állandó ellenőrzés alatt áll.</i> | az étrend-kiegészítő kedvezően hat az egészségi állapotra, vagy csökkentti valamilyen betegség kockázati tényezőjét, illetve segíti a gyermekek egészségét és fejlődését. A gyógyszertárakban csak ellenőrzött étrend-kiegészítők kaphatók. | alkalmazásuk hagyományokon alapul |
| <i>bejelentés-köteles, előzetes hatósági engedély szükséges</i> | Az étrend-kiegészítők forgalomba hozatalához – a gyógyszerekkel ellentétben – nincs szükség | A forgalomba-hozatalukhoz nincsenek olyan szigorú szabályok, mint a gyógyszerek esetében. |



| | | |
|--|--|---|
| | <i>előzetes hatósági engedélyeztetésre, azonban az étrend-kiegészítő gyártója köteles a készítményt az első forgalomba hozatalkor az illetékes hatósághoz bejelenteni (OGYÉI).</i> | |
| <i>a gyógyszereket speciális, minőségbiztosított, zárt rendszeren keresztül szállítják</i> | <i>Étrend-kiegészítőknél nincsenek ilyen szállítási vagy forgalmazási korlátok.</i> | <i>Nincsenek szigorú szállítási vagy forgalmazási korlátok.</i> |
| <i>pl. láz- és fájdalomcsillapítók</i> | <i>pl. C-vitamin cseppek, vitaminok, pezsgőtabletták</i> | <i>pl. szőlőkivonat, emésztést elősegítő teák, légzőkönnyítő mellkenőcs gyerekeknek</i> |

Gyógyszer: bármely anyag vagy azok keveréke, amelyet emberi betegségek megelőzésére vagy kezelésére alkalmazható termékként jelenítenek meg, vagy azok az anyagok vagy keverékei, amelyek farmakológiai, immunológiai vagy metabolikus hatások kiváltása révén az ember valamely élettani funkciójának helyreállítása, javítása vagy módosítása, illetve az orvosi diagnózis felállítása érdekében az emberi szervezetben vagy emberi szervezeten alkalmazhatók;

Forrás: 2005. évi XCV. törvény Az emberi alkalmazásra kerülő gyógyszerekről és egyéb, a gyógyszerpiacot szabályozó törvények módosításáról 1. § 1.
<https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0500095.tv>

Gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmény: Magyarországon 1987 óta létezik a gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmények elnevezésű kategória, amelybe azok a természetes eredetű anyagot (növényi, állati, ásványi anyagok, vitaminok) tartalmazó készítmények tartoznak, amelyek bizonyítottan kedvező biológiai hatással rendelkeznek, orvosi előírás nélkül is alkalmazhatók és előírászerű használatuk esetén egészségi ártalmat nem okoznak.

Forrás: https://www.ogyei.gov.hu/gyogyszernek_nem_minosulo_gyogyhatasu_keszitmenyek/

Az uniós csatlakozás után ez a kategória megszűnt, mivel aminek gyógyhatása van, az az EU-ban gyógyszer. Tulajdonságai: orvosi vény nélkül kapható, természetes anyagból készült, egyszerű tünetekre, öngyógyszerelésre alkalmas, minősége standardizált, ártalmatlansága elfogadható, népgyógyászatban alkalmazott. **Hagyományos növényi gyógyszer:** Európai Uniós kategória. Öngyógyszerezésként alkalmazható, szájon át, külsőlegesen vagy inhalálva. Növényi anyagokból áll. Az Európai Gyógyszerügynökség Növénygyógyszer-bizottsága listáján szerepel. Árusításakor hivatkozni kell a címkén a tradicionális alkalmazásra.



Forrás: https://www.webbeteg.hu/cikkek/jogi_esetek/1841/gyogyszerek-gyogyhatasu-keszitmenyek

Étrend-kiegészítők: Az étrend-kiegészítők a kiegyensúlyozott, vegyes étrend kiegészítését szolgáló élelmiszerek, amelyek koncentrált formában tartalmaznak tápanyagokat vagy egyéb táplálkozási vagy élettani hatással rendelkező anyagokat, egyenként vagy kombináltan és adagolható formában (kapszula, tablettá, adagolható por, adagolható folyadék stb.) kerülnek forgalomba.

https://www.ogyei.gov.hu/gyogyszernek_nem_minosulo_gyogyhatasu_keszitmenyek/

4. Melléklet – Szent-Györgyi Albert kép



Forrás: https://hu.wikipedia.org/wiki/Szent-Gy%C3%B6rgyi_Albert



2. Melléklet – Patika régen és ma





Képek forrása: internet