「健康成長 FUN 暑假 小小藥師就是你」

小小藥師體驗營——認識正確用藥及培養團隊精神從根本做起

文｜陳如慧｜藥劑部藥師

為了讓學童在暑假期間擁有更豐富的生活體驗，臺北市立聯合醫院藥劑部針對現年國小4、5、6年級的同學，分別於7月19日及8月23日舉辦104年度小小藥師體驗營活動，以一系列的課程活動，培養學童正確的用藥知識及團隊合作的精神，以寓教於樂方式，啓發孩童的同理心、自信心，創造和諧與服務。

課程設計以生動有趣的中西藥教學及演練為主軸，以競賽及鼓勵的方式進行，引導學童思考及主動提問，達到趣味性、學習性及教育性。課程內容包含如下：

一、中藥局作業流程「我是小小神農氏」：由藥師教學示範後，讓學童親自體驗中藥局藥事作業流程，每組團隊分別扮演「調劑」、「收藥」、「核對」、「發藥」4個流程中的藥師角色，並由友隊扮演病人，藉由小組趣味競賽方式，再依團隊競賽結果的正確度、時間、病人滿意度來評分，讓學童認識每項作業流程，並了解每個環節為什麼要這麼做的重要性，藉由體驗醫藥人員服務民眾的過程，以同理心引導孩童建立良好的醫病互動關係及團隊合作的精神。

二、認識藥材「飲片抓抓樂」：以學齡兒童而言，較適合的養生藥膳為四神湯，四神湯功效為健脾、補腎、利濕，因藥性平和，適用於各種體質的人，尤其香味好吃，更能搏得孩童喜愛，四神湯為山藥、茯苓、芡實、蓮子（薏苡仁）組成，山藥含粘蛋白質和澱粉　，有滋養身體及助消化的補益脾胃功效；茯苓含茯苓酸、蛋白質及卵磷脂，有健脾補中氣功效；芡實含豐富澱粉、蛋白質及維生素，有健

脾止瀉功效；蓮子含多量澱粉，可健脾止瀉；薏苡仁含薏苡仁油、醣類、氨基酸及維生素 B1，有補益脾胃利濕功效。在炎熱夏天裡，對於一般較沒胃口的學童，有促進食慾的功效，可增強免疫力，適用於常感冒的孩童。在「飲片抓抓樂」的教學活動中，以中藥的故事及圖片來連結中藥常識，增加孩童學習記憶，最後有趣的 DIY 課程，則是讓學童親自抓自己的四神湯藥材，自己秤重、包裝及認識藥材。

三、反毒宣導「要 High 不藥害」：利用生動活潑的卡通版反毒宣導短片，教導學童如何辨識毒品、認識毒物，以及濫用毒品的後果及可能觸犯之刑責，將毒品危害暨藥物濫用之正確觀念延伸至校園。

四、西藥局參訪「藥演出來，我是小藥師」：帶領學童實地觀摩體驗西藥局藥師工作，並設置 4 個體驗站，分別為「就是藥磨」、「膠囊 DIY」、「我是數藥王」、「藥物諮詢請問我」，由藥師進行指導，並分別針對指定任務進行評分及獎勵。

認識正確用藥及培養團隊精神應從根本做起，本次體驗營活動將藥師平日的工作轉換為有趣的遊戲體驗，讓孩童在遊戲中學習，在歡笑中成長，可使學童在無形中增強正確的用藥常識，體驗醫藥人員服務民眾的精神，在此次的活動中，除了讓學童歡樂學習外，醫藥人員的角色能更多元化，如何能深入協助參與臺灣孩童的根本教育，更讓人值得思考。