



DDS Health Toolkit  
BRIDGE TO WELLNESS

# Pagtulong sa isang Indibidwal sa Paglalapat ng Gamot sa Sarili

## Unang Hakbang: Kunin ang Rekord ng Paglalapat ng Gamot (Medication Administration Record o MAR) para sa indibidwal

- Tingnan nang dalawang beses kung ang MAR para sa tamang indibidwal ang nakuha mo
- Magtrabaho para sa iisang indibidwal lamang bawa pagkakataon



## **Ika-2 Hakbang: Tipunin ang mga supply**

- Mga paper cup para sa mga tablet at mga kapsula; plastic na in-adjust na pansukat na tasa o kutsara ng gamot para sa likido
- Kumuha ng baso ng tubig at isang pluma

## **Ika-3 Hakbang: Maghugas ng mga kamay**

- Hugasan ang iyong mga kamay at tulungan ang indibidwal na tinutulungan mo na hugasan ang mga kamay
- Magsuot ng guwantes para sa sumusunod na mga hakbang

## Ika-4 na Hakbang: Ilabas ang mga gamot

- Ilabas ang mga gamot mula sa nakakandadong pinag-imbakang lalagyan o lugar
- Panatilihing nasa iisang may pangalang storage unit ang lahat ng gamot ng isang indibidwal



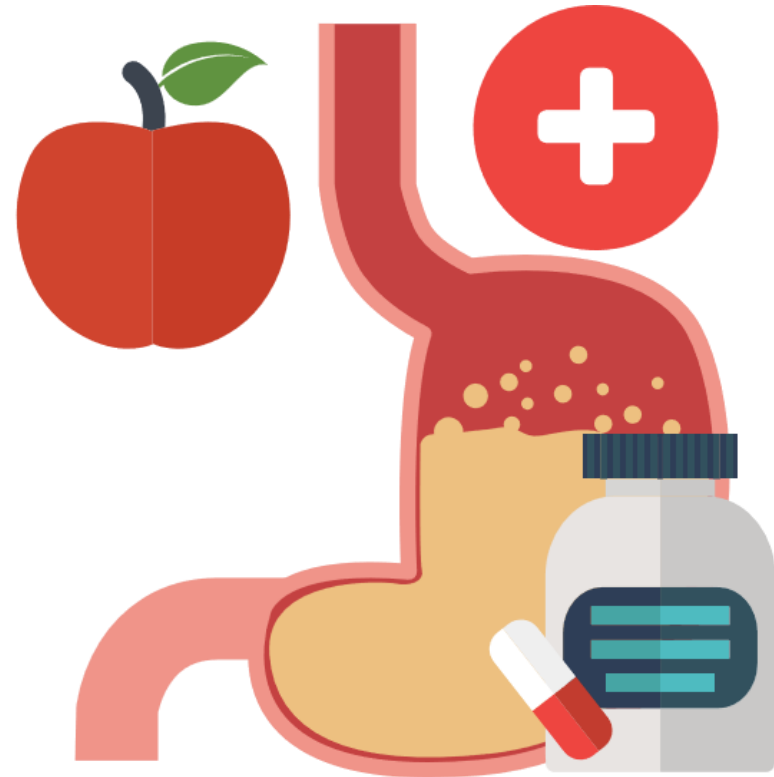
## Ika-5 Hakbang: Pagsuri sa Beripikasyon

- Habang kinukuha mo ang bawat lalagyan ng gamot mula sa storage unit ng indibidwal, basahin ang label ng gamot at ihambing ito sa MAR para sa Pitong Tama
  - Tamang tao, tamang medikasyon, tamang dosis, tamang oras, tamang ruta, tamang dahilan, at tamang dokumentasyon



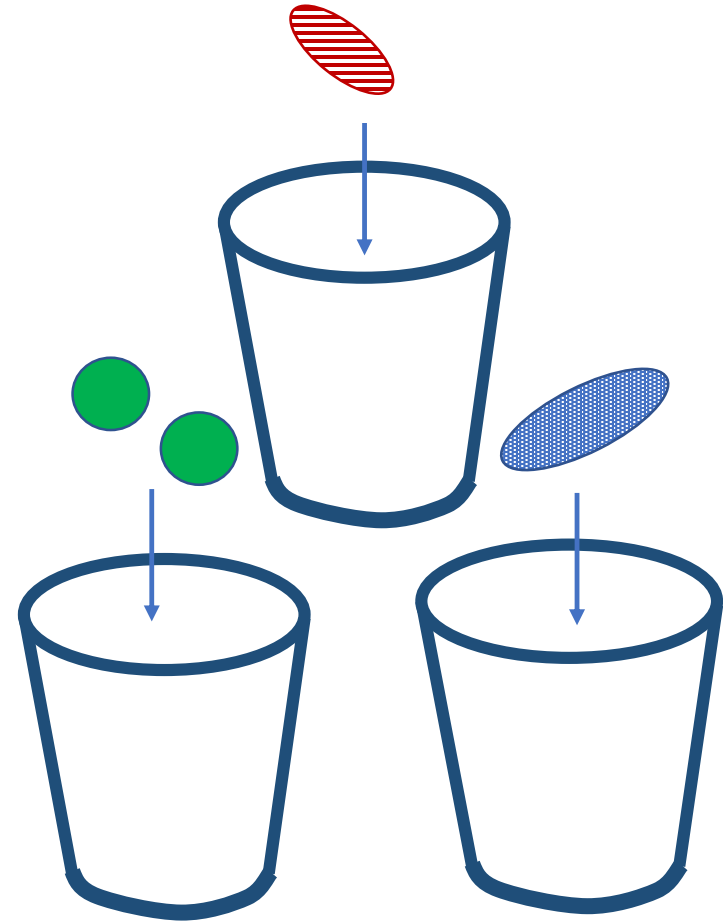
## Ika-6 na Hakbang: Pagsuri sa Preparasyon

- Bago isalin ang gamot, basahin ang label ng gamot at ihambing ito sa MAR para sa Pitong Tama
  - Tamang tao, tamang medikasyon, tamang dosis, tamang oras, tamang ruta, tamang dahilan, at tamang dokumentasyon



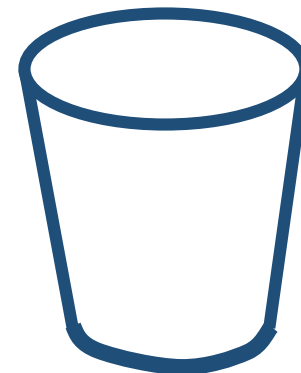
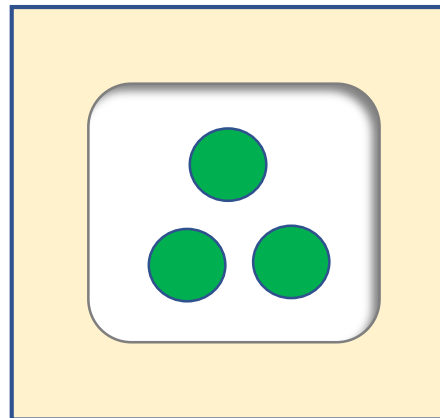
# Para sa mga tablet o mga kapsula

1. Isalin ang tamang dosis sa **takip** ng lalagyan
2. Pagkatapos isalin sa isang maliit na paper cup
  - Gumamit ng **hiwalay** na disposable paper cup para sa bawat gamot (Ang pagsalin sa lahat ng gamot sa isang paper cup ay magdadagdag sa panganib ng mga mali sa gamot)



## Para sa mga bubble pack

1. Itugma ang mga tableta/kapsula sa bubble pack sa tamang araw ng buwan
2. Hatiin ang slot, tanggalin ang mga pildora mula sa pack, at ilagay sa tasa
3. I-swipe gamit ang daliri ang loob ng bubble pack para matiyak na natanggal ang lahat ng gamot





# Para sa mga likidong gamot (1)

- Isalin ang tamang dosis sa in-adjust na pansukat na tasa o kutsara, o oral syringe, na hinawakan sa lebel ng mata
  - ✓ Hanapin ang marka para sa dosis
  - ✓ Punan ang tamang antas ng dosis
  - ✓ Kung masyadong marami ang likidong naisalin, **huwag** itong isalin pabalik sa bote – Ibasura ito sa pamamagitan ng pagbuhos nito sa isang plastic bag, ihalo sa isang hindi nais na substansya (giniling na kape o dumi), selyuhan ang bag, at itapon ito sa basurahan

## Para sa mga likidong gamot (2)

- ✓ Gamitin lamang ang isang in-adjust na pansukat na tasa o kutsara na ang mga sukat ay malinaw na nakamarka sa gilid
- ✓ Palaging tingnan para matiyak na ang unit ng sukat sa pansukat na tasa, kutsara, o syringe ay katugma sa unit ng sukat para sa dosis na gusto mong ibigay

## **Ika-7 Hakbang: Pagsuri sa presentasyon**

- Bago ibigay ang gamot sa indibidwal, basahin ang label ng medikasyon at ihambing sa MAR para sa Pitong Tama
- Ilagay ang medikasyon sa lugar na maabot ng indibidwal
- Magbigay ng isang basong tubig, pinaka-kaunti apat na onsa
- Tiyakin na pamilyar ka sa anumang espesyal na mga espesyal na tagubilin sa paglapat ng gamot (pagkain, walang pagkain, atbp.)

## **Ika-8 Hakbang: Tiyakin na ininom ng indibidwal ang gamot**

- Manatili sa indibidwal hanggang sigurado ka nang nilulon nila ang gamot
- Tiyakin na umiinom ang indibidwal ng tubig
- Kung nahihirapan ang indibidwal sa pag-inom ng tubig o sa paglulon ng mga likido, maaaring hilingin ng DSP ang doktor tungkol sa pag-inom ng pasyente ng gamot kasama ang Jell-O, apple sauce, o iba pang mga alternatibo

## Ika-9 na Hakbang: Irekord

- Irekord na ininom ng indibidwal ang kanilang gamot sa pamamagitan ng paglagay sa iyong mga inisyal sa box na katugma ng petsa at oras sa MAR



## Ika-10 Hakbang: Ibalik ang mga medikasyon

- Ibalik ang mga lalagyan ng gamot sa storage unit
- Basahin ang mga label para tingnan kung ang pangalan ng indibidwal ay kapareho sa pangalan sa storage unit
- **HUWAG NA HUWAG** iwanan ang lalagyan ng medikasyon na walang nagbabantay o ibigay sa iba pang tao para ibalik sa nakakandadong lalagyan o lugar ng storage

## Tandaan...

- Kung mayroon kang ANUMANG mga pagdadalawang-isip kung ang gamot ay ang tamang form o ANUMANG mga tanong tungkol sa pagtulong sa indibidwal sa sariling paglalapat, **kumonsulta sa nagresetang doktor o pharmacist**

