



Aking Gabay sa Pagiging Handa sa Emerhensiya



Gabay para sa tagapangalaga sa mga indibidwal na may dementia

DAPAT MAY PLANO ANG BAWAT ISA

Bilang tagapangalaga sa isang mahal sa buhay na may Alzheimer's o ibang dementia, ang pagpapanatili sa kalusugan at kaligtasan sa panahon ng emerhensiya ay mahalaga. Ang pagpapalano para sa emerhensiya ay mahalaga dahil ang mga sakuna ay sadyang nakakabahala at nakakalito para sa mga indibidwal na may dementia.

Ang pagpapalano para sa emerhensiya ay kinabibilangan ng pagkakaroon ng pagkain, gamot at mga medikal na panustos upang may magamit ang inyong mahal sa buhay, kahit na para sa maikling panahon, kapag dumating ang sakuna. Makipag-usap sa tagapangalaga ng kalusugan ng inyong mahal sa buhay tungkol sa mga tiyak na panustos na kakailanganin ninyo para sa dalawang linggo.

Sino ang Tatawagan
Ilagay malapit sa inyong telepono ang numero ng inyong tagapangalaga sa bahay/ kumpanya ng tagapangalaga sa taong malubha kung sakaling kailangan ninyo ng tulong. At kung kayo ay may totoong emerhensiya, tumawag sa 9-1-1.

TALAN SA PAGIGING HANDA SA EMERHENSIYA PARA SA DEMENTIA

- Bumuo ng planong pang-emerhensiya na magbibigay ng mga kailangan ng taong may dementia, gaya ng andador o nabibitbit na oksiheno. Ipaalam ang plano sa inyong mga kamag-anak, mga kaibigan at ibang mga tagapangalaga. Magtalaga ng isang kahaliling tagapangalaga.
- Maghanda ng kit na pang-emerhensiya para sa inyong bahay na madaling bitbitin, di-nababasa at nakabalot, na kinabibilangan ng mga gamot at panustos para sa 2 linggo. Ito ay dapat na suriin tuwing 2-3 buwan. Tingnan ang mga petsa ng pagkawalang bisa at magsama ng isang kopya ng kumpletong personal na impormasyon sa paggamot.
- Magtabi ng mga kopya ng importanteng mga dokumento, gaya ng legal na papeles, listahan ng mga gamot at dosis, at impormasyon ng seguro.
- Magkaroon ng impormasyon na madaling tawagan ng mga tagapangalaga sa kalusugan ng inyong mahal sa buhay na may dementia.
- Magpaunang saliksik at isaalang-alang ang pagpapatala ng taong may Alzheimer's sa isang programa para sa kaligtasan, gaya ng yaong dinisenyo upang tulongan na maibalik ang isang taong mawalay sa kanilang mga tagapangalaga o programa na mamamahala sa kinaroroonan ang isang tao. Makipag-ugnayan sa Alzheimer's Association sa 1-800-272-3900 o bumisita sa website na www.alz.org.
- Alamin ang tungkol sa mga plano ng tinutuluyang pasilidad para sa sakuna/paglikas, kung ang inyong mahal sa buhay na may dementia ay nanunuluyan sa ganung pasilidad. Alamin kung sino ang responsable sa paglilikas ng mga tao sa panahon ng emerhensiya.

MGA PAALALA PARA SA EMERHENSIYANG SITWASYON

- Maghanda ng nakahandang pinakabagong larawan ng taong may dementia.
- Tiyakin na ang inyong mahal sa buhay ay may suot na mga gamit ng pagkilanlan gaya ng pulseras ng pagkilanlan at damit na may tatak
- Mahanda ng mga ekstrang salawal para sa pagkadi-makapagpigil sa pagdumi o pag-ihi para sa may katandaan (kung kailangan) at ilang pares ng kasuotan.

MAGHANDA NANG MAAGA

- Sa panahon ng mga bagyo at kawalang kuryente, maging may-kabatiran sa mga alerto, mga babala at mga lokal na serbisyong pang-emerhensiya. Alamin ang plano para sa emerhensiya para sa inyong lugar kabilang na ang mga ruta sa paglikas, mga silungan at mga numero para sa emerhensiya.
- Kung ang inyong mahal sa buhay ay nangangailangan ng kagamitan na pinapagana ng kuryente at/o oksiheno ipagbigay-alam sa inyong kumpanya ng kuryente bago ang emerhensiya.
- Tiyakin na may gas ang inyong sasakyan na may mga direksiyon papunta sa pinakamalapit na silungan o ruta sa paglikas.
- Kung kailangan ninyong lumikas – tawagan agad ang inyong tagapangalaga sa bahay/kumpanya ng tagapangalaga sa taong malubha. Ipagbigay-alam sa kanila ang inyong plano sa paglikas/kinaroroonan ng silungan. Dalhin ang kard ng inyong Medicare, Medicaid, at/o seguro.

Kit na Pang-emerhensiyang Panustos

Dagdag sa inyong kit na pang-emerhensiya, tiyakin na ang mga bagay na ito ay nakahanda para sa mga emerhensiya:



Tubig – isang galon ng tubig bawat tao bawat araw para sa kahit na tatlong araw



Pagkain – di-nabubulok na pagkain para sa kahit na tatlong araw



Radyong Pinapagana ng Bateriya – at ekstrang mga bateriya



Plaslait – at ekstrang mga bateriya



Kit na Paunang Lunas – tiyakin na suriin ang mga petsa ng pagkawalang-bisa ng mga laman at isasapanahon ang mga ito



Pito – para sa paghingi ng tulong



Pantakip sa Ilong Laban sa Alikabok – o kamisetang yari sa bulak, upang tulungang masala ang kontaminadong hangin



Plastik na Pangsapin at Teyp na Pantapal – para sa proteksiyon sa silungan



Liyabe o Plais – para sa pagpatay ng gamit pambahay kapag kailangan



Abrelata – para sa pagbukas ng de-latang pagkain



Gatas ng Sanggol at Mga Lampin – kung kayo ay may sanggol



Mga Lokal na Mapa – kabilang na ang mapa ng inyong lugar at mapa ng inyong pupuntahan kung ililikas

Mga Espesyal na Pangangailangan

Maraming taong may mga espesyal na pangangailangan at mga kapansanan ang may karagdagang mga hamon upang maghanda at makayanan ang mga emerhensiya. Makipagpulong sa pamilya, mga kaibigan at mga kapitbahay upang pag-usapan ang inyong mga pangangailangan sa panahon ng emerhensiya, at tiyakin na magplano nang maaga para sa suportang kakailanganin ninyo.

Kung kayo ay nakatira sa bahay at may mga espesyal na pangangailangan, tiyakin na magparehistro sa ahensiya na namamahala ng emerhensiya sa inyong county, lokal na kagawaran ng sunog at kumpanya ng kuryente at tubig.

Para sa Karagdagang Impormasyon & Mga Rekurso

Para sa karagdagang impormasyon at mga rekurso, maaari kayong bumisita sa mga website na ito.

<http://preparedness.dhmm.maryland.gov> at www.facebook.com/MarylandOPR

www.mema.maryland.gov

www.mncha.org/emergency-preparedness

<http://alz.org/care/alzheimers-dementia-disaster-preparedness.asp>

www.alz.org/safety



Ipinagkaloob sa pamamagitan ng pagkakasundo ng Department of Health and Mental Hygiene Office of Preparedness and Response at ng Maryland-National Capital Homecare Association sa pamamagitan ng pagsangguni sa Alzheimer's Association Greater Maryland Chapter

ISULAT SA KAHON NA ITO ANG PANGALAN AT NUMERO NG TELEPONO NG INYONG TAGAPANGALAGA SA BAHAY/KUMPANYA NG TAGAPANGALAGA SA MAY MALUBHANG SAKIT.