



Gid Preparasyon mwen an Ka Dijans



Yon Gid pou moun sou kijan pou jere medikaman yo

TOUT MOUN TA DWE GEN YON PLAN

Si ou gen yon preskripsyon pou w pran chak jou, li enpòtan pou planifye davans. Nan yon ijans, lavi ka menase lè gen medikaman ki pèdi oswa domaje. Pale avèk founisè swen medikal ou konsènan ki atik medikal ou bezwen lè dezas frape.

LIS KONTWÒL PREPARASYON POU PASYAN AVÈK PRESKRIPSYON YO

- Prepare yon kit ijans ki pòtatif, ki enpèmeyab epi ki dirab. Mete ladan l. Medikaman ak preskripsyon yo, medikaman san preskripsyon (tankou medikaman pou soulaje doulè, grip, ak anti-asid), ak tout lòt atik medikal (tankou bandaj oswa atik pou dyabèt), mete kantite ase pou dire 2 semenn. Tcheke kit ou chak 2-3 mwa epi veve dat ekspirasyon yo.
- Sere yon kopi enfòmasyon medikal pèsònèl ou okonplè, enfòmasyon sou kontak founisè swen medikal yo ak famasi avèk lòt dokiman enpòtan yo (tankou papye legal, lis medikaman ak dozaj yo, epi enfòmasyon sou asirans). Mete papye sa yo nan yon sache plastik yo konn sere manje oswa nan lòt konntenè enpèmeyab.
- Kenbe kat asirans medikal ou ak preskripsyon medikaman sou ou toutan.
- Refè kòmman preskripsyon yo pi vit ke posib. Panse fè kòmman kantite medikaman pou 90 jou nan plan famasi w pou delivrezon lakay.
- Kenbe medikaman yo ansanm nan boutèy orijinal yo avèk etikèt orijinal yo. Mete boutèy preskripsyon yo nan yon sache oswa yon konntenè enpèmeyab.
- Planifye davans pou bezwen espesyal yo, tankou medikaman ki oblije refrijere. Prepare yon plan pou estokaj ak administrasyon tanporè.
- Devlope yon plan medikaman pou dezas avèk doktè w, espesyalman si medikaman w yo bezwen transpò espesyal oswa refrijerasyon. Fè plan pou medikaman pou pitit ou avèk gadri oswa lekòl li a.
- Estoke avèk pridans opiyod ak lòt medikaman yo preskri pou doulè yo, espesyalman nan pake orijinal yo anndan yon kabinè ki klete, kòfrefò oswa nan yon lòt kote ki an sekirite. Ekri ki kote epi ki kantite medikaman ou pran pou w ka kontwòle ki kantite ki rete. Si w panse yon moun ta pran medikaman w, kontakte lapolis toutsuit pou fè yon rapò.
- Chèche jwenn yon Kote yo konn kolekte medikaman/preskripsyon pou ka jete san danje medikaman ak preskripsyon ou pa itilize epi ki ekspire yo. (ou ka jwenn kat jewografik yo nan sitwèb sa: <http://BeforeItsTooLate.Maryland.gov/resources-2/>).

PREPARE DAVANS

- Pandan yon tanpèt ak blakawout, rete okouran de alèt yo, avètisman ak kominikasyon ijans yo. Siveye anons nan medya yo atravè TV, radyo, entènèt ak rezo sosyal yo. Enskri nan sistèm alèt ak notifikasyon nan kominote w la.
- Kenbe nimewo telefòn ijans yo alamen, tankou nimewo telefòn ajans jesyon ijans ki nan konte w, ponpye, ak nimewo telefòn polis ki pa ijan yo.
- Konnen plan ijan nan zòn ou an, tankou wout evakyasyon yo akabri lokal yo. Mete enfòmasyon an nan telefòn selilè w avèk nan twous ijans ou.

Kilès pou Telefòn

Mete nimewo telefòn konpayi ki ba w Swen nan Kay/ ospis ou toupre telefòn nan an ka ou bezwen èd. Nan yon ka ijans toutbon, rele 9-1-1.

Twous Atik An Ka Ijans

Anplis twous ijans ou, asire w pou mete atik sa yo alamen an ka ijans:



Dlo – yon galon dlo pou chak moun, pa jou pou omwen twa jou



Manje – yon rezèv manje ki pap gate pou omwen twa jou



Yon radyo ki travay ak pil – ak pil siplemantè



Flach – avèk pil siplemantè



Atik Premye Swen – Asire w ou tcheke dat ekspirasyon yo ak kontni yo epi mete yo ajou date



Siflè – Pou soufle lè w bezwen èd



Mas Pou Pousyè – oswa mayo koton, pou ede filtre lè ki kontamine



Sache plastik avèk adeziv – pou mete w nanabri sou plas.



Kle wou oswa Pens – pou fèmen sèvis itilite yo lè sa nesèsè



Kle pou louvri mamit – pou louvri mamit manje



Poud lèt pou Tibebe ak kouchèt – si w gen ti yon bebe



Kat jewografi lokal yo – tankou yon kat jewografik nan zòn ou a epi yon kat jewografik kote ou planifye pou ale si w ap evakye

Lòt Konsiderasyon Apre yon Ijans Fin Pase

- Verifye medikaman w pou w wè si aparans oswa odè yo chanje, twòp imidite oswa chalè kapab domaje medikaman yo oswa fè yo vin mwens efektiv. Si w pa sèten medikaman w toujou bon, kontakte yon famasyon lokal oswa founisè swen medikal.
- Si w pa te kapab pran medikaman w, kontakte yon doktè oswa famasyon pi vit ke posib—menm si ou pa santi okenn efè negatif sou sante w. Pa janm pran dòz anplis pou ranplase sa yo ou pa te pran pa avan ou pale avèk yon pwofesyonèl sante. Pa pran medikaman yo pat preskri w oswa pataje medikaman yo ak lòt moun.

Plis Enfòmasyon ak Resous Sou Entènèt

- preparedness.health.maryland.gov
- mema.maryland.gov
- mncha.org/emergency-preparedness
- BeforeItsTooLateMD.org
Ap fè efò nan tout eta Maryland pou pote konsyantizasyon a kriz ewoyin, opiyod ak fantanil la.



Se yon koutwazi Biwo Preparasyon ak Sansibilizasyon Depatman Sante nan Maryland an patenarya avèk Asosyasyon Nasyonan Kapital Swen nan Kay nan Maryland ki bay enfòmasyon sa yo.

EKRI NON AK NIMEWO TELEFÒN KONPAYI KI BA W SWEN NAN KAY/OSPIS OU NAN BWAT SA A