**Mga Serye sa Pag-aalaga ng Nakatatanda**

**Pagpipigil sa Pagkalaglag**

Ang pelikula ay kapwa ginawa ng Kagawaran ng Kalusugan at ng Kagawaran

ng Panlipunang Kapakanan bilang materyal na sanggunian para sa

Iskema ng Pagsasanay para sa mga Katulong sa Bahay ukol sa Pangangalaga ng Matatanda.

Ang copyright ng mga nilalaman sa pelikulang ito ay pagmamay-ari ng Kagawaran

ng Kalusugan at ng Kagawaran ng Panlipunang Kapakanan.

Ang pelikula ay ginawa lamang para sa hindi-pangkomersyal na gamit.

Ito ay hindi maaaring pauupahan,

ibebenta o kung hindi man gagamitin para sa mga layuning kumikita.

Gusto ng anak ni Gng. Chan na manirahan kami sa kanya

Ngunit nag-aalala si Gng. Chan na medyo hindi siya masasanay sa bagong kapaligiran

Sa kabutihang palad, sumali ako sa Iskema ng Pagsasanay para sa mga Katulong sa Bahay ukol sa Pangangalaga ng Matatanda

Natuto ako ng maraming praktikal na mga kasanayangaling sa tagapagturo

upang mailapat ko ang aking kaalaman sa bagong lugar

Sina Gng. Chan, ang anak ni Gng. Chan at si Annie ay bumibisita sa bagong lugar

Napakakomportable rito

Masyadong mabuti

Hindi masama

Oo

Ma. Ipapakita ko sa iyo ang inyong silid

Sigi

Sumama ka sa akin

Natamo ko ang mga kasanayan sa pag-aalaga ng nakatatandang mga tao

at intindihin ang kahalagahan ng kaligtasan sa tahanan

Natuto ako paano kilalanin ang mga salik na naka-link sa mgapagkalaglag ng nakatatandang mga tao

at ano ang mga panganib nito

Halimbawa, kapag isasampay natin ang ating mga nilalabhan dito

ang mga patak ng tubig ay makakagawa sa sahig na madulas

na magsasanhi ng mga panganib sa pagkalaglag

Ang paglalagay ng karton na papel sa pasukan ng banyo ay madaling makadulas sa nakatatandang mga tao

Ang muwebles dito ay hindi rin angkop para sa kanila

Kinukunan ng larawan ni Annie upang maitala ang mga panganib sa kapaligiran ng tahanan

Sir, upang maiwasan ni Madam mula sa pagkalaglag

kailangan pananatilihin natin na ang mga daanan ay walang sagabal at tuyo

Mas pinakamabuti na pipinturahan at dagdagan ng kulay na may pagkakaiba sa bungad

o lagyan ng ilang maliliit na kulay na piraso

upang malinaw na makikita ni Madam ang bungad

at maiiwasan niya ang pagkadulas

Piliin ang matatag na upuan na may angkop na taas at mga pahingaan ng braso

Magkabit ng ilaw sa gabi

Ang suwits ay dapat madaling maaabot ng nakatatandang tao

Tandaan na gagamit ng hindi madulas na mga baldosa sa banyo

Maglagay ng hindi madulas na sapin sa lugar ng shower

at magkabit ng mga hawakan

Tapos ang lahat!

Dumaan si Gng. Chan habang nagte-tsek ng kanyang mobile na telepono

Madam, ingat ka

Madali kang madulas kapag ikaw ay naguluhan

Tama!

Ma, ang inyong damit ay sobrang mahaba

Madali kang madulas niyan

Itigil ang paggamit ng mga perdible upang ayusin ang inyong mga damit

Subukan mo ang bagong damit na aking binili para sa iyo

Pag-uri-uriin ang mga damit na magkasya

at palitan ng yoong mga bago pa

Okey

At saka, ang mga talampakan ng inyong sapatos ay sira

Madali kang madulas

Binilhan kita ng bagong pares ng sapatos

na may hindi madulas na talampakan

Huwag nang magsuot ng tsinelas kapag ikaw ay lalabas na

Anak, salamat sa pag-aalaga mo sa akin

Ang inyong kalusugan ang pinakamahalaga

Panatag ang loob kong mapangalagaan ka ni Annie

Hayaan mo muna akong magbihis

Sasamahan ba kita sa silid upang tulungan kang magbihis?

Kaya ko nang mag-isa

Uupo ako at gawin nang mahina

Sigi

Nagpapalit si Gng. Chan ng bagong pantalon sa silya na may suporta ng braso

Ma, binilhan kita ng dalawang makakatulong na mga aparato para sa iyo

upang maiiwasang madali kang malaglag

Ang mataas na hawakan na pang-abot ay makakatulong sa inyo na kukunin ang mga bagay na malayo sa inyo

iwasang mawalan ng balanse at malalaglag

Maaari ka rin magsuot ng sapatos na gamit ang may mataas na shoehorn

upang hindi ka na kailangang yumuko

Ano ang ating gagawin kapag may nalalaglag?

Sa panahon ng kursong pagsasanay, itinuro sa atin ng tagapagturo

ang pinakamahalagang bagay na...

Ang screen ay nagpapakita na ang tagaturo ay nagtuturo sa klase

Ang pinakamahalagang bagay ay mananatiling mahinahon

Huwag magmamadaling tulungan ang nakatatandang tao na makatayo na kalalaglag lang

Una, tamasahin ang mga pinsala ng nakatatandang tao

kahit na walang nakikitang mga sugat

ngunit ang nakatatandang tao ay nagdaramdam ng sakit o may kahirapan na gumalaw

ito ay nangangahulugan na may posibilidad ng pagkabali ng buto

Hindi mo dapat galawin ang nakatatandang tao

Kapag ang nakatatandang tao ay malamang na may pagkabali,

nawalan ng malay o matinding nagdurugo,

i-dial ang 999 para sa madaliang tulong

Kapag nakumpirma na ang nakatatandang tao ay makakatayo,

tulungan siya upang siya’y makapagpahinga sa matatag na muwebles

Kumonsulta agad sa doktor kapag may anumang problema

Ang pambahayang kasambahay ay tumutulong sa nakatatandang tao na makakatayo mula sa pagkalaglag

Ikaw ay sobrang matalino

responsable at maaasahan

Mayroon pang ibang mga video sa pag-aalaga ng nakatatanda sa mga website ng Kagawaran ng Kalusugan at ng Kagawaran ng Panlipunang Kapakanan

Magandang pakinggan

Panoorin natin na magkakasama at matuto kung paano pananatilihin ang kalusugan ng ina

Mananatiling ligtas at masayang mamumuhay

Pagtatatuwa

Ang mga kasanayan sa pagpipigil ng pagkalaglag

na ipinakita sa pelikulang ito ay nagsisilbe

bilang kalahatang sanggunian at para sa mga layuning pang-edukasyon.

Ito ay maaaring hindi naaangkop sa lahat

na nakatatandang mga tao sa ilalim ng bawat kalagayan.

Mangyaring kumonsulta sa mga propesyonal na taga-alaga ng kalusugan

sakaling nagdadalawang-isip sa pagkakaangkop ng mga kasanayan

sa ilalim ng tiyak na mga kalagayan.

Kagawaran ng Kalusugan

Website ng Serbisyo sa Kalusugan ng Nakatatanda

www.elderly.gov.hk

Kagawaran ng Panlipunang Kapakanan

Iskema ng Pagsasanay para sa mga Katulong

sa Bahay ukol sa Pangangalaga ng Matatanda

www.swd.gov.hk/en/index/site\_pubsvc/page\_elderly/sub\_psfdh/