

- Mga opsyon para sa medikal na panggagamot. Maaaring nakatuon ang mga ito sa mga layunin para sa kaghinhawahan o maaaring maging napakaagresibo.

Para sa mga kliyente na naninirahan sa mga tagpong komunidad, maisasadokumento mo at ng iyong doktor ang direksyon kaugnay sa CPR sa pamamagitan ng isang form na Pamprobinsiya ng "Walang CPR".

### Paano ka gagawa ng isang plano para sa hinaharap? (How do you make a plan for the future?)

Ang paggawa ng Paunang Plano sa Pangangalaga ang pinakamagandang paraan upang matiyak na alam ng iyong kapamilya at mga kaibigan ang mga kahilingan mo para sa pangangalaga sa hinaharap.

Nagagawa ng planong ito na mapag-alaman ng iyong pamilya, iyong doktor, at iba pang mga tagapangalaga ng kalusugan kung ano ang iyong mga nanaisin sa harap ng iba't ibang pangyayari.

Kung darating ang panahong hindi ka na makapagsalita o mawalan ka ng kakayahang gumawa ng mga desisyon, maaaring gumawa ang iyong pamilya o mga kaibigan at/o ang mga tagapangalaga sa kalusugan ng mga desisyon sa panggagamot batay sa iyong Paunang Plano sa Pangangalaga.

Kung hindi mo ipapaalam ang iyong mga ninanais, ang iyong mga minamahal at iba pang mga tagapangalaga ng kalusugan ay hindi malalaman kung ano ang pangangalagang maituturing mo na katanggap-tanggap.

Mababasa online ang impormasyon tungkol sa paunang pagpapalano sa pangangalaga, kasama ang **My Voice Guide**®, sa:

- [www.vch.ca/acp](http://www.vch.ca/acp)
- Hanapin sa internet ang "Paunang Pagpapalano sa Pangangalaga (Advance Care Planning)" o "Ang Aking Boses" (My Voice)

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa paunang pagpapalano sa pangangalaga, maaari kang:

- Magtanong sa iyong doktor o sa isa pang miyembro ng iyong pangkat sa pangangalagang pangkalusugan gaya ng isang panlipunang manggagawa (social worker) o nars
- Email: [advancecareplanning@vch.ca](mailto:advancecareplanning@vch.ca)

# Dagdag na Kaalaman Pa Tungkol sa Cardiopulmonary Resuscitation (CPR)

CardioPulmonary Resuscitation  
 Ang 'Cardio' ay nangangahulugan ng puso  
 Ang 'Pulmonary' ay tumutukoy sa mga baga  
 Ang 'Resuscitation' ay tumutukoy sa pagsubok at muling pagpapatibok sa puso ng isang tao at paghinga kapag huminto ang mga ito (kadalasang tinatawag na 'CPR')

Adapted with permission from  
 Fraser Health Authority Form # 262736

For more copies, go online at <http://vch.eduhealth.ca> or email [phe@vch.ca](mailto:phe@vch.ca) and quote Catalogue No. **EB.270.L43.TG**  
 © Vancouver Coastal Health, April 2015

Ang impormasyon sa dokumentong ito ay para lang sa tao kung saan ibinigay ito ng pangkat sa pangangalagang pangkalusugan.  
[www.vch.ca](http://www.vch.ca)

Layunin ng polyetong ito na matulungan kang maunawaan ang cardiopulmonary resuscitation (CPR).

## Ano ang ginagawa sa CPR? (What is involved in CPR?)

---

Maaaring magamit ang CPR sa isang tao:

- ang pagdiin sa dibdib upang padaluyin ang dugo sa iyong katawan sa pamamagitan ng iyong puso
- sapilitang pagpapasok ng hangin sa iyong mga baga upang magdala ng oxygen sa iyong utak
- pagbibigay ng mga gamot upang subukan at muling patibukin ang iyong puso
- paggamit ng electric shock mula sa isang aparato upang subukan at muling patibukin ang iyong puso

Kapag muling mapatibok ang iyong puso, maipaparaan ka sa suportang pampabuhay kabilang ang intubation, bentilasyon, at mga gamot para masuportahan ang iyong sirkulasyon.

## Dapat bang sumailalim ang lahat ng tao sa CPR? (Should everyone have CPR?)

---

Maaaring gumana ang CPR sa mga nasa hustong gulang na katamtamang malulusog, at kung mayroon lang ibang taong nakasaksi nang nangyari ito at may isang taong gumawa kaagad ng CPR.

Mangyaring maging mapanatag, kahit na matiyak pang hindi na makikinabang ang isang tao sa CPR, magkakaloob ang kawani ng naaangkop na pangangalaga para sa pasyente, abot mula sa pag-aalagang panginhawa lamang hanggang sa pamamagitan ng tiyakang mga medikal na interbensyon, maliban sa muling pagpapagana ng puso.

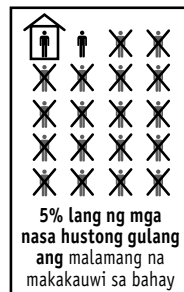
## Gaano kahusay gumana ang CPR? (How well does CPR work?)

---

Kung huminto ang iyong puso nang higit sa 5 minuto, malamang na magkaroon ka ng pinsala sa utak o mamatay ka. Sa mga nasa hustong gulang na sumailalim kaagad sa CPR, 2 hanggang 3 lang mula sa 20 nasa hustong gulang na (10 hanggang 15%) ang malamang na makakaligtas.

1 lang mula sa 20 (5%)

sa mga nakaligtas ang gagaling nang mabuti upang makauwi sa bahay. 5% lamang sa mga nasa tamang edad ang malamang na makauwi. Ang mga pagkilos na ginagawa sa CPR ay maaaring magdulot ng mga baling tadyang, at pinsala sa utak, lalamunan, boses, mga baga at bato.



## Bakit maaaring hindi angkop para sa iyo ang CPR? (Why might CPR not be right for you?)

---

Karaniwang hindi epektibo ang CPR kung hindi kaagad ito isinagawa. Karaniwan din itong hindi epektibo para sa:

- mga nasa hustong gulang na mayroong mga medikal na kundisyon na nagdulot na ng pinsala sa kanilang puso, mga baga, bato o sa utak
- mga nasa hustong gulang na nasa natural nang nasa hangganan ng kanilang buhay

Kahit na muling mapatibok ang puso, hindi mapapabuti ng CPR ang anumang medikal na kundisyon na nagdulot ng paghinto ng puso.

## Paano kung tinukoy ng iyong doktor na ang CPR ay hindi makakatulong sa iyo? (What if your doctor has determined that CPR would not be beneficial for you?)

---

Patuloy kang makakakuha ng mahusay na medikal na pangangalaga, kabilang ang pangangalaga upang mapanatili kang kumportable. Kabilang dito ang pangagamot sa pananakit at iba pang mga sintomas. Layunin namin na igalang ang iyong mga kagustuhan, magbigay ng tamang pangangalaga na makikinabang ka, at suportahan ka at ang iyong pamilya sa panahon ng iyong karamdaman.

## Paano mo maipapalam ang iyong mga kahilingan? (How can you make your wishes known?)

---

Kausapin ang iyong doktor. Tanungin kung ano ang pinakaangkop para sa iyo kung hihinto ang iyong puso.

## Ano ang form ng Medical Order for Scope of Treatment (MOST)? (What is a Medical Order for Scope of Treatment (MOST) form?)

---

Magrerekomenda ang iyong (mga) doktor kung ano ang tama para sa iyo at irerekord ang desisyong ito para sa iba pang kasapi ng pangkat. Sa loob ng mga pasilidad ng VCH ay inirerekord ito sa pamamagitan ng 'Medical Order for Scope of Treatment' (o MOST) na form.

Nagbibigay ng tagubilin sa iyong team ng pangangalaga ang form ng MOST para sa:

- Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) kung hihinto ang iyong puso at ang iyong paghinga.