



1 PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI

Tatlo sa apat na taong may problema sa pagkontrol ng bituka o pantog ay maaaring mapagaling o matulungan upang mapabuti ang pangangasiwa ng kanilang mga problema.

ANO ANG MGA PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI?

Ang produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay ginagamit upang mapangasiwaan ang mga sintomas ng mahinang pagkontrol ng pantog at bituka. Ang mga ito ay maaaring gamitin sa panandaliang panahon para makatulong habang ikaw ay ginagamot o sa mahabang panahon kung hindi mapapagaling ang mahinang pagkontrol ng pantog at bituka.

Ang mga tagapayo para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay maalam sa malawak na hanay ng mga produkto na maaaring makatulong sa pamamahala ng pagkontrol ng pantog o bituka. Maaari silang makatulong sa iyo sa pagpili ng produkto na makapagbibigay sa iyo ng proteksiyon at tiwala sa iyong pang-araw-araw na pamumuhay.

Maaaring alamin ng iyong doktor o tagapayo ukol sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ang sanhi ng iyong problema at mag-aalok sa iyo ang ilang mga paggagamot. Kapag ikaw ay walang ginawa at gumamit lamang ng mga pad o iba pang mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi nang walang sinusubukang paggagamot, maaaring lumala ang iyong mga problema.

ANO ANG MGA URI NG MGA PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI ANG MAAARING MAKUHA?

Sumisipsip na mga pad at pantalon

Ang mga pad at pantalon ay maaaring makuha sa isang hanay ng mga sukat at kung gaano karaming ihi ang kanilang masisipsip. Ang ilang mga pad ay sinadya upang magamit nang isang beses lamang, at pagkatapos ay itatapon. Ang ibang mga pad at pantalon ay maaaring labhan at magamit nang maraming beses. Maaari kang makakuha ng mga espesyal na pantalon na may mesh/net na mapipigilan ang mga pad sa pagdulas. Ang ilang mga pad ay may dumidikit na strip sa pantalon upang mapanatili ang pad sa puwesto.

Sumisipsip na mga sapin sa kama at mga pantakip sa upuan

Sa mga produktong ito, ang ibabaw na suson na pinakamalapit sa balat ang nagpapapasok ng ihi, ngunit nananatiling tuyo habang ang mas mababang suson ang sumisipsip sa ihi. Ang mga ito ay hindi dapat gamitin kasabay ng itinatapong mga pad, sa dahilang gumagana ang mga ito nang mas mahusay kapag ang balat ay may direktang kontak sa sapin.

1 PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI

Mga 'penile sheath' o pantakip sa ari ng lalaki/ panlabas na mga kateter

Ang tinatawag na mga 'penile sheath' ay yari sa silikon at karamihan ay may sariling pandikit at may inilatag na "non latex glue" na dumidikit sa ari ng lalaki. Ang kabilang bukas na dulo nito ay nakakonekta sa isang 'leg bag' (bag sa paa) kung saan maaaring dumaloy ang ihi.

Kung ang isang lalaki ay nakakagalaw, maaaring gamitin ang isang "leg bag" na itinatago sa ilalim ng kanyang damit. Ang pantakip(sheath) ay maaaring ikonekta sa isang dalawang litrong bag na daluyan ng ihi sa magdamag. Ang reaksiyon sa balat ay makikita kaagad sa pamamagitan ng malinaw na silikon kapag nangyari ito. Ang mga bag na kumonekta sa sheath ay palaging dapat may malawak na tubo upang dumaloy ang ihi patungo sa bag na walang aagusang pabalik sa sheath na maaring maging dahilan ng pagluwag nito. Ang mga bag na isinusuot sa binti ay kailangang matatag na nakapirmi sa hita o mababang binti na may mga strap na kasama ng bag at dapat bawasan bago ito bumigat nang husto para mahila ang sheath.

Ibang pang mga produkto na makatutulong sa pagpunta sa kubeta

Ang mga bedpan at orinola (uring panlalaki at pambabae) ay maaaring gamitin kung ikaw ay laging nasa kama. Ang upuang "commode" na inilagay sa tabi ng kama sa gabi ay makakatulong kung hindi ka makalakad patungong kubeta. Ang naiaangat na mga upuan sa inidoro at mga silya na maaaring ilagay sa ibabaw ng inidoro ay makakatulong kung ikaw ay nahihirapang maupo sa mababang inidoro.

ANO ANG DAPAT MONG ISIPIN SA PAGPILI NG ISANG PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI?

Ang pinakamahasag na produkto ay yaong gumagana nang maayos, komportable at tumutulong sa iyo na magkaroon ng isang normal na pamumuhay. Kapag pumipili ng isang produktong nauukol sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi, dapat mong isipin ang tungkol sa:

1. Ang iyong mga indibidwal na problema sa pagkontrol ng bituka o pantog

Ang iyong pagpili ng produkto ay nakabatay sa iyong sariling pangangailangan sa pagkontrol sa anumang oras. Pumili ng isang pad na kayang dalhin ang dami ng ihi na maaari mong ihi at palitan kaagad kapag ito ay nabasa. Ito ay mas mabuti sa iyo at mas matipid kaysa gumamit ng isang malaking pad nang maraming oras. Ang pagsusuot ng mga pad na basa ng ihi o pagdumi ay maaaring maging dahilan ng problema ng mga pangangati ng balat o mga impeksiyon sa pantog. Maaaring mabawasan ang anumang amoy kung ang pad ay papalitan kaagad kapag ito ay nabasa o nadumihan at ang balat ay hinugasan at pinatuyo bago gumamit ng bagong pad. Pumili ng isang pad na walang dekolour na plastik na takip na maaaring maaninag sa mapusyaw na kulay na mga damit at umiingay kapag ikaw ay gumagalaw.

2. Ang iyong personal na estilo ng pamumuhay

Ang mga personal na pangangailangan para sa trabaho, bahay at sa iyong buhay panlipunan ay dapat ding maging gabay mo sa pagpili ng mga produkto. Ang mga tagapagpayo para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay maaaring makatulong sa pagpapayo tungkol sa mga espesyal na mga produkto na magagamit kapag ikaw ay naglalaro ng isport o bumibiyahe sa malalayong lugar.



1 PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI

3. Ang iyong pagiging madaling kumilos

Ang malawak na hanay ng mga produkto ay nangangahulugang kailangan mong mag-isip tungkol sa iyong mga gawi at kakayahan para pumili ng pinakamahusay na produkto para sa iyong problema. Ang ganitong mga bagay tulad ng kung paano ka madaling makakapunta sa kubeta o kung paano ka madaling makapagpapalit ng pad ay maaaring makatulong sa paghahanap ng tamang produkto para sa iyo. Napakaraming mga uri ng produkto, at isa lamang ang magiging tama para sa iyo.

4. Nagrarasyon ng mga produkto

Ang ilang mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay maaaring mabili sa mga supermarket at sa mga botika, habang ang iba ay maaaring mas madaling mabili sa mga espesyalistang mga tagarasyon ng mga produktong medikal. Baka kailangan mo ng ekspertong tulong para pumili ng tamang produkto para sa iyo. Kumontak sa **National Continence Helpline (Libreng tawag sa 1800 33 00 66)** na magbibigay sa iyo ng payo o maaari kang ikonekta sa isang tagapayo para ma-iugnay ka sa isang tagapagpayo para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi sa iyong lugar.

5. Pagtatapon

Karamihan sa naitatapon (disposable) na mga produkto ay maaaring itapon sa karaniwang basurahan sa bahay. Ang mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay hindi KAILANMAN dapat i-flush sa inidoro ng kubeta.

6. Alituntunin sa paghuhugas

Ang mga produktong maaaring magamit na muli ay dapat na magsabi sa iyo sa pakete kung paano nilalabhan ang mga ito kapag bumili ka ng mga ito. Huwag bumili ng mga muling magagamit na mga produkto kung wala kang makinang panlaba at pantuyo, o sampayan sa labas na madali mong maabot. Dahil sa kanilang kakayahang sumipsip mas matagal matuyo ang mga ito kaysa sa karaniwang panloob na mga damit o mga sapin sa kama, kaya humingi ng sample para masubukan muna.

SINO ANG MAGBABAYAD PARA SA PRODUKTO PARA SA PAGPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI?

Ang mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay maaaring maging magastos at sa karamihang kaso ay kakailanganin mong bayaran ang mga ito.

Kung ikaw ay may permanente at malubhang kawalan ng pagpipigil sa pag-ih/pagdumi at tumutugon sa iba pang mga pamantayan sa pagiging karapat-dapat, ang pambansang Continence AIDS Payment Scheme ay maaaring makatulong sa iyo upang matugunan ang ilan sa mga gastos ng mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi.

Ang Kagawaran ng mga Kapakanang Pangbeterano (Department of Veterans 'Affairs) ang namamahala din sa Programa ng mga Kagamitang Pang-rehabilitasyon (Rehabilitation Appliances Program) na maaari mong i-access kung ikaw ay may hawak na Gold Card o karapat-dapat na White Card.

Gayundin, ang ilang mga pamahalaang estado at teritoryo ay nagbibigay serbisyo para suportahan ang mga taong apektado ng kawalan ng pagpipigil sa pag-ih/pagdumi, kabilang ang pagbibigay ng mga produktong nauukol sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi. Ang mga serbisyong ito ay nagkakaiba-iba sa pagitan ng mga estado, at maaaring kabilang ang pagtatasa, edukasyon at suportang pangkliyente.



PRODUKTO PARA SA PAGPIPIGIL NG PAG-IHI/PAGDUMI

Sa karamihang mga kaso, kakailanganin mong humingi ng tulong mula sa isang propesyonal sa pangkalusugan tulad ng iyong doktor o nars para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi upang makakuha ng mga serbisyong ito.

Kung ikaw ay makipag-ugnayan sa National Continence Helpline maaari kang makakuha ng payo tungkol sa mga serbisyo sa "Continence" na maaari mong magamit.

HUMINGI NG TULONG

Hindi ka nag-iisa. Ang mahinang pagkontrol ng pantog ay maaaring mapangasiwaan nang mas mabuti kung ngagamot. Kung hindi ka kikilos ito ay maaaring lumala.

Kung mayroon kang anumang mga katanungan tungkol sa pagkontrol ng pantog o bituka, maaari kang kumontak nang libre sa:

Mga Ekspertong Tagapayo sa Pambansang Linyang-pantulong ukol sa Pagpipigil ng Pag-ih/pagdumi (Expert Advisors on the National Continence Helpline):

- impormasyon;
- payo; at
- mga polyeto.

Sa LIBRENG TAWAG* 1800 33 00 66 (8 n.u - 8 n.g. Lunes - Biyernes), o

Bisitahin ang website na ito: www.bladderbowel.gov.au

Maaaring isaayos ng Linyang-pantulong (Helpline) ang interpreter sa pamamagitan ng Telephone Interpreter Service (TIS). Mangyari lamang na tumawag sa 13 14 50 Lunes hanggang Biyernes at hilingin ang Linyang-pantulong (Helpline).

Ang mga produkto para sa pagpipigil ng pag-ih/pagdumi ay makakatulong sa pangangasiwa ng mga problema sa pagkontrol ng pantog at bituka .

* Ang mga tawag mula sa teleponong mobile ay sinisingil sa naaangkop na halaga.

