

PANDUAN PERSEDIAAN BENCANA UNTUK PESAKIT HEMODIALISIS

Di Malaysia, bencana alam dan keadaan cuaca yang teruk seperti banjir, adalah perkara yang mungkin terjadi.

Pesakit dialysis adalah berisiko tinggi kerana kebergantungan sepenuhnya kepada bekalan elektrik dan air untuk rawatan dialysis. Utiliti ini mungkin tidak berfungsi beberapa hari lamanya. Dalam keadaan kecemasan, telefon mungkin tidak boleh digunakan manakala jalanraya dan jambatan tidak boleh dilalui. Anda mahupun kakitangan dialysis di tempat anda mungkin tidak dapat tiba ke pusat dialysis.

Panduan ini disediakan untuk anda sebagai sumber rujukan am. Ia boleh membantu anda apabila perkara-perkara di atas terjadi. Adalah penting untuk anda tahu pelan kecemasan untuk pusat dialysis anda, tahu bagaimana untuk bertahan selama dua hari atau lebih sekiranya pusat dialysis anda tidak dapat beroperasi dan tahu bagaimana untuk menghadkan pengambilan makanan dan minuman anda.

Soalan Lazim

1. Bilakah situasi kecemasan berlaku?

Ia berlaku apabila terdapat keadaan yang berbahaya seperti kebakaran, banjir dan sebagainya. Anda tidak akan dapat menjalani rawatan dialysis seperti biasa.

2. Ke manakah perlu saya tuju sekiranya pusat dialysis saya ditutup?

Pusat dialysis anda perlu menghubungi anda dengan maklumat yang diperlukan untuk rawatan dialysis, ataupun anda boleh menghubungi talian kecemasan untuk bantuan dialysis semasa bencana.

3. Apa yang perlu dilakukan jika saya sakit dan belum sempat mendapat rawatan dialysis ?

Anda perlu terus pergi ke hospital terdekat ataupun menghubungi 999.

4. Bagaimana pula dengan bayaran sekiranya saya perlu ke pusat dialysis lain?

Proses bayaran akan diuruskan oleh pusat dialysis anda – anda tidak perlu risau.

5. Adakah saya akan menerima rawatan dialysis seperti biasa, iaitu 4 jam untuk 3 kali seminggu semasa berlaku bencana?

Disebabkan oleh keadaan bencana, jadual dan tempoh masa untuk rawatan dialysis anda mungkin perlu diubah.

PELAN PERSEDIAAN KECEMASAN UNTUK PESAKIT DIALISIS

- A. Keperluan Am – makanan, ubat-ubatan dan keselamatan
- B. Memastikan akses berterusan kepada rawatan dialysis
- C. Kecemasan berlaku semasa rawatan dialysis

A. KEPERLUAN AM – MAKANAN, UBAT-UBATAN, KESELAMATAN

- Mengambil tahu **Pelan Persediaan Kecemasan** untuk pusat dialysis anda.
- Mempertimbangkan untuk tinggal bersama saudara-mara yang tinggal di kawasan yang tidak terlibat, yang dapat memberikan kemudahan dialysis sepanjang jangkaan waktu bencana (mis. Musim tengkujuh)
- Menyediakan untuk pusat dialysis anda nombor telefon semasa: peribadi, saudara-mara, rakan-rakan.
- Menyimpan salinan sejarah perubatan dan dialysis anda.
- Memakai gelang pengenalan yang diberikan dan menyimpan kad pengenalan dialysis bersama anda.
- Memastikan keperluan ubat-ubatan anda cukup untuk seminggu pada setiap masa dan menyediakan ubat 'potassium binders' (ubat yang boleh membantu badan anda mengeluarkan garam potassium berlebihan melalui najis) sekiranya dinasihatkan oleh pakar buah pinggang.
- Mengetahui bagaimana untuk menjaga akses dialysis anda.
- Menyimpan kit kecemasan:

KIT KECEMASAN

Telefon bimbit

Bateri ekstra/'power bank' yang telah dicas

Lampu suluh

Tikar lipat/Beg tidur/selimut

Racun semburan serangga/kelambu/gegelung

Barang-barang peribadi yang penting:

- Tuala dan pakaian tambahan, kasut/selipar getah

- Kelengkapan dan danandiri – berus dan ubatgigi, sikat, pencukur dan lain-lain

Pembuka tin

Peralatan makanan pakai buang: kertas/cawan plastik, sudu dan lain-lain

Kit pertolongan cemas: kapas, kain kasa, tourniquet, plaster, gunting dan lain-lain

Air minuman

Radio

Lilin dan mancis/pemetik api

Tisu basah

Ubat-ubatan

- Sediakan keperluan sekurang-kurangnya untuk seminggu . Sila pastikan tarikh luput dan tukar ubat apabila perlu.

- Anda mungkin perlu menyediakan ubat 'potassium binder' sekiranya diperlukan.

- Bersedia di rumah untuk mendengar pengumuman di radio atau stesen TV tempatan. Kakitangan pusat dialysis akan cuba untuk menghubungi anda.
- Jika anda perlu mencari perlindungan, bawa bersama anda bekalan ubat-ubatan selama seminggu, bekalan kecemasan, barang-barang peribadi, tikar lipat/beg tidur/selimut, maklumat perubatan dan gelang pengenalan diri. Beritahu orang yang bertanggungjawab di tempat perlindungan mengenai keperluan khas anda.
- Mengetahui garis panduan pemakanan untuk situasi kecemasan.
 - Baca dan ikut **Garis Panduan Pemakanan Semasa Bencana**
 - Kekalkan keperluan pemakanan (sila lihat senarai membeli-belah keperluan pemakanan untuk 3 hari pada **lampiran 1** dan menu pemakanan untuk 3 hari pada **lampiran 2**)

B. MEMASTIKAN AKSES BERTERUSAN KEPADA RAWATAN DIALISIS

Bencana biasanya berlaku secara tiba-tiba, namun dalam keadaan tertentu, ia dapat dijangka seperti musim banjir. Anda akan diberi makluman sekiranya kawasan anda teribat dengan bencana. Anda boleh mengemaskini maklumat berkaitan amaran bencana daripada agensi kerajaan yang berkaitan.

Anda juga boleh memilih untuk berpindah awal ke kawasan selamat lain yang mempunyai kemudahan dialisis (mis. Tinggal bersama saudara-mara) sebelum berlakunya bencana.

GARIS PANDUAN PEMAKANAN SEMASA BENCANA

Semasa bencana, anda mungkin tidak dapat menerima rawatan dialysis secukupnya memandangkan rawatan tersebut mungkin dipendekkan daripada 3 kali seminggu kepada 2 kali semingguhaja.

Oleh itu, sehingga rawatan dialysis boleh dilakukan seperti biasa, diet anda perlu lebih dihadkan daripada kebiasaan. Anda perlu:

- Hadkan pengambilan air, kurang daripada biasa
 - Hadkan kepada 2 cawan sehari ataupun separuh daripada kebiasaan anda

Sekiranya anda tidak dapat berbuat demikian dan anda tidak dapat menjalani rawatan dialisis di pusat dialisis anda, anda dinasihatkan untuk mengikuti langkah-langkah berikut:

- Anda perlu menghubungi pusat dialisis anda untuk mengetahui langkah yang perlu dilakukan seterusnya. Anda mungkin diarahkan untuk pergi ke pusat dialisis tertentu yang mungkin telah dikenalpasti sebelum ini.
- Anda juga mungkin akan dihubungi sendiri oleh pengurus pusat dialisis anda mengenai bencana yang berlaku. Oleh sebab itu, adalah penting untuk anda mengemaskini maklumat dan memberikan sebanyak mungkin nombor telefon kepada pusat dialisis anda.
- Jika anda perlu ke tempat perlindungan, bawa bekalan ubat-ubatan yang mencukupi selama seminggu dan bawa bersama kit kecemasan untuk dialisis bersama-sama anda.
- Sekiranya anda perlu berpindah segera sebelum sempat menghubungi pusat dialisis, anda dikehendaki untuk memperkenalkan diri anda kepada pegawai yang bertanggungjawab di pusat perlindungan bencana.

KIT KECEMASAN UNTUK DIALISIS

Senarai semak:

1. Arahan/Maklumat Am
2. Kad/Borang Maklumat Persendirian dan Maklumat Dialisis
3. Maklumat mengenai pusat rawatan dialisis anda
4. Gelang pengenalan untuk pesakit dialisis.

Arahan Am

Dalam situasi kecemasan, anda mungkin perlu menjalani rawatan dialisis di tempat lain yang tidak mempunyai maklumat untuk membolehkan dialisis dibuat dengan selamat. Oleh itu, maklumat mengenai dialisis dan perubatan anda perlulah sentiasa bersama anda dan gelang pengenalan pesakit dialisis perlulah sentiasa dipakai.

Patient Medical History and Dialysis Treatment Information Form

DIALYSIS CENTRE: _____ **TEL NO:** _____

Name of Dialysis Manager: _____ **TEL NO:** _____

Patient's Name: _____ **NRIC no:** _____

Address: _____

Tel.: _____ Email: _____

Name of Next-of-Kin: _____ Tel. of Next-of-Kin: _____

MEDICAL HISTORY AND CLINICAL INFORMATION

Nephrologist's Name: _____ Tel. No.: _____

Primary Cause of Kidney Failure: _____

Allergies: _____

Other Medical Conditions Being Treated: _____

Hepatitis Status: _____ **Date of Test:** _____

Medications:

HEMODIALYSIS PRESCRIPTION

Type of Haemodialysis Treatment: Normal Haemodialysis Haemodiafiltration

Treatment Time: _____ Hours Dry Weight: _____ kg

Dialyzer Name: _____ Dialysate: Normal Calcium Low Calcium

Blood Flow Rate: _____ ml/min Heparin Dose: _____ units

Vascular Access : _____

Erythropoietin: Type : _____ Dosage : _____

Apakah kad ini?

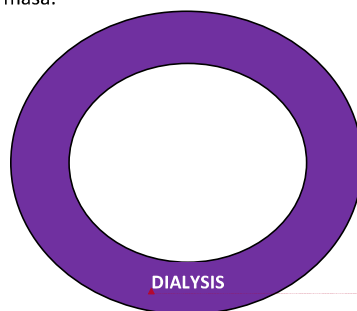
Ini merupakan kad yang mengandungi maklumat peribadi, maklumat kesihatan, maklumat tentang rawatann dialisis serta senarai ubat-ubatan anda.

Di manakah untuk mendapatkannya?

Anda perlu mengisi maklumat yang berkenaan di dalam kad yang akan disediakan oleh pusat dialisis anda dalam masa 1 bulan anda memulakan rawatan dialysis di tempat tersebut. Anda perlu membawa kad tersebut bersama-sama anda pada setiap masa.

GELANG PENGENALAN PESAKIT DIALISIS

Warna: Ungu



Apakah gelang ini?

Gelang pengenalan pesakit dialisis yang dibuat daripada getah ini dipakai di pergelangan tangan oleh pesakit dialisis semasa bencana. Perkataan 'DIALYSIS' dicetak di permukaannya untuk memudahkan pesakit dialysis dikenal pasti.

Di manakah untuk mendapatkannya?

Semua pesakit dialysis akan diberikan gelang ini oleh pusat dialisis masing-masing. Anda perlu menyimpannya bersama-sama kit kecemasan dialisis anda.

Bilakah gelang perlu dipakai?

Semua pesakit dialysis dikehendaki memakai gelang pengenalan tersebut apabila musim bencana/monsun bermula. Anda perlu memperkenalkan diri anda kepada kakitangan di pusat pemindahan supaya keperluan dialisis anda diketahui. Anda boleh meyimpan kembali gelang tersebut apabila bencana telah selesai.

Kenapa saya perlu memakai gelang tersebut?

Pesakit dialysis sukar untuk dikenalpasti dalam keadaan ramai orang lain yang memerlukan bantuan semasa bencana berlaku. Gelang tersebut perlu dipakai semasa bencana untuk memudahkan pengecaman. Sekiranya anda cedera ataupun dalam keadaan tidak dapat berkomunikasi, petugas perubatan akan dapat mengenalpasti keperluan dialisis anda dengan kadar segera.

Formatted: Font: 10 pt

C. KECEMASAN BERLAKU SEMASA RAWATAN DIALYSIS

Apakah yang perlu anda lakukan sekiranya berlaku kecemasan semasa anda sedang menjalani rawatan hemodialisis?

Ikuti arahan kakitangan di pusat dialisis anda:

1. Sekiranya terdapat masa yang cukup untuk mengembalikan darah sebelum pemindahan:
 - a. Jika anda tahu tentang sambungan dan prosedur dialisis:
 - i. Kembalikan darah dari mesin ke badan anda dengan segera
 - ii. Apit kedua-dua pengapit pada jarum/kateter
 - iii. Apit kedua-dua pengapit besar pada 'blood line' tebal
 - iv. Longgarkan 'blood line' tebal daripada jarum dialisis
 - v. Putuskan sambungan 'blood line' tebal daripada jarum dialisis
 - vi. Pasangkan penutup kepada jarum/kateter
 - vii. Pindah keluar dari pusat dialisis
 - b. Jika anda TIDAK tahu tentang sambungan dan prosedur dialisis:
 - i. Pinta bantuan daripada staf dialisis untuk mengembalikan darah anda dan memutuskan sambungan dialysis dengan jarum/kateter.
 - ii. Pindah keluar dari pusat dialisis.
2. Sekiranya tiada masa mencukupi dan anda perlu pindah keluar dengan segera
 - a. Jika anda tahu tentang prosedur dialisis:
 - i. Hentikan pam
 - ii. Apit kedua-dua saluran merah dan biru
 - iii. Apit kedua-dua jarum merah dan biru
 - iv. Putuskan saluran daripada jarum
 - v. Pindah keluar dengan segera
 - b. Jika anda TIDAK tahu tentang prosedur dialisis:
 - i. Apit pengapit besar untuk setiap saluran darah
 - ii. Apit pengapit kecil untuk setiap jarum
 - iii. Putarkan 'luer lock' melawan arah jam untuk mencabut sambungan kedua-dua jarum. (Hanya potong 'blood line' tebal dengan gunting sekiranya langkah ini tidak dapat dilakukan)

JANGAN potong saluran jarum akses ataupun di antara pengapit dan akses. Kateter dialisis tidak sekali-kali boleh dipotong.

- iv. Putuskan sambungan daripada kedua-dua jarum dengan saluran darah
- v. Pindah keluar dengan segera

Lampiran 1

SENARAI MEMBELI-BELAH KEPERLUAN PEMAKANAN UNTUK 3 HARI

Item	Kandungan (1 orang)
Makanan berkanji	
Beras	1 paket (1 kg/ paket)
Roti (putih/ ban / prata / nan/ roti kebab)	1 buku/ paket
Mi segera *	
Biskut (biskut kurang garam/ Marie/ biskut dengan krim/ wafer)	1 pek (~ 500gm)
Kuih-muih (kek/ muffin)	3 paket kecil
Ikan/Daging	
Ayam dalam tin (kari/ kurma/lemak/ sambal) *	3 tin kecil
Daging dalam tin (kari/ kurma/ lemak/ sambal)	3 paket
Serunding ayam	
Tuna*	
Manisan (untuk meningkatkan kalori)	
Jem/ kaya	1 botol kecil
Madu	1 botol kecil
Gula-gula	1 pek kecil
Lemak & Minyak (untuk meningkatkan kalori)	
Marjerin rendah garam	1 tiub kecil
Water/ drinks	
Air botol	3 botol (500 ml/ botol)
Sayur-sayuran	
Sayuran dalam tin *	1
Buah-buahan	
Buah-buahan dalam tin (rambutan/ laici/nenas)*	2 tin

***tanpa sup/air/kuah**

Lampiran 2**MENU PEMAKANAN UNTUK 3 HARI**

	Hari Pertama	Hari Kedua	Hari Ketiga
Sarapan	2 Keping Roti (+ 2 sudu kecil jem + 2 sudu kecil marjerin) Air/kopi +/- gula (100 ml)	1 bhg ban berkrim Air/kopi +/- gula (100 ml)	6 keping Biskut (+ 2 sudu kecil jem + 2 sudu kecil marjerin) Air/kopi +/- gula (100 ml)
Makan Tengah Hari	Roti Nan 1 + ayam (1 ½ saiz kotak mancis) + ½ cawan buah dalam tin + minuman paket (150 ml)	Prata + daging tanpa kuah (1 ½ saiz kotak mancis) + ½ cawan sayur dalam tin + ½ cawan buah dalam tin + minuman paket (150 ml)	Roti kebab + tuna (1 ½ saiz kotak mancis) + ½ cawan sayur dalam tin + ½ cawan buah dalam tin + minuman paket (150 ml)
Minum Petang	Kek e.g.Twiggies@ (1 bhg) + minuman paket (100 ml)	Muffin (1 bhg) + minuman paket (100 ml)	Biskut Marie (6 keping) + minuman paket (100 ml)
Makan Malam	Mi segera *tanpa perencah + ayam (1 ½ saiz kotak mancis) + ½ cawan sayur dalam tin + ½ cawan buah dalam tin + air kosong (150ml)	3 keping roti + daging tanpa kuah (1 ½ saiz kotak mancis) + ½ cawan sayur dalam tin + ½ cawan buah dalam tin + air kosong (150ml)	Mi segera – meehoon* + tuna (1 ½ saiz kotak mancis)* + ½ cawan sayur dalam tin + ½ cawan buah dalam tin + air kosong (150ml)