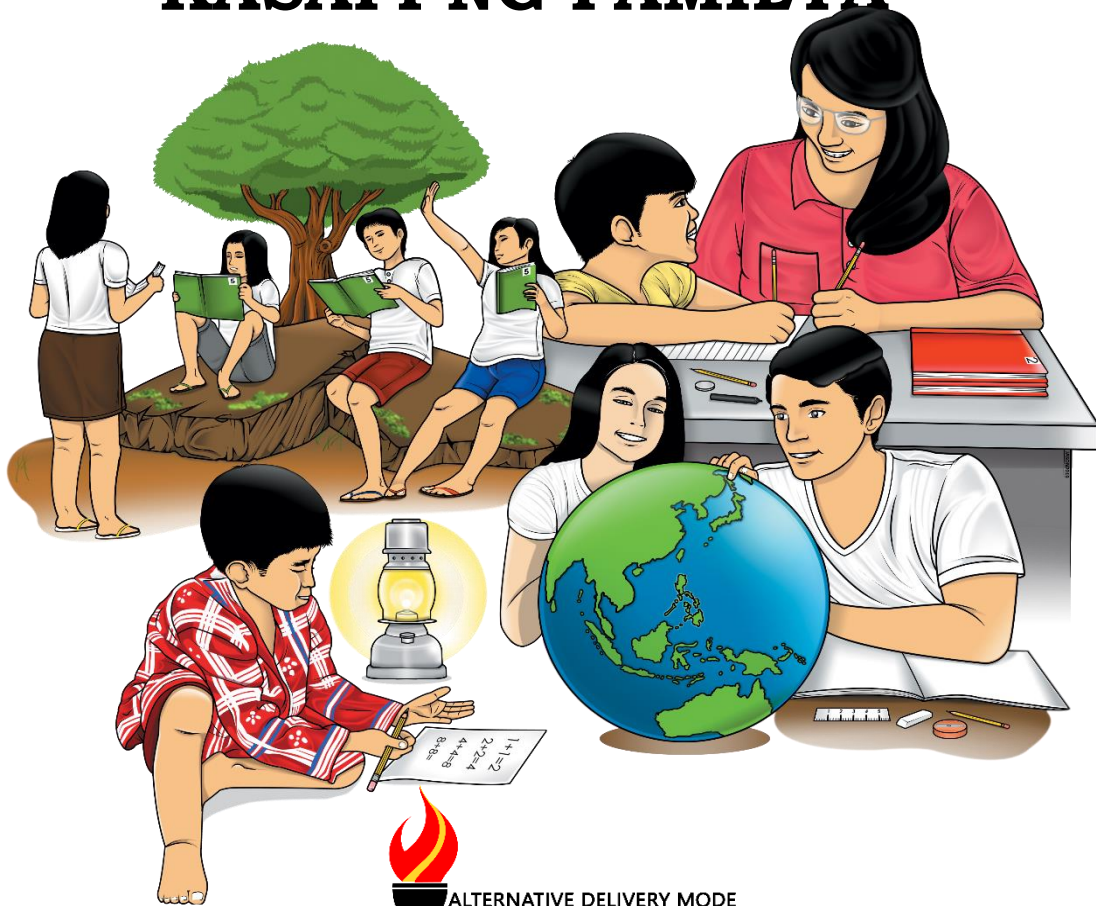


EPP-H.E

Modyul 5:

PAG-AALAGA SA MGA MATATANDA AT IBA PANG KASAPI NG PAMILYA



EPP - HE Ikaapat na Baitang
Alternative Delivery Mode

Modyul 5: PAG-AALAGA SA MGA MATATANDA AT IBA PANG KASAPI NG PAMILYA
Unang Edisyon, 2020

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayonpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anomang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anomang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Lucille Tolentino Ledesma

Editor: Rexsi Barcena-Martirez

Tagasuri: Filip P. Cañas

Tagaguhit: Abegail Bongalonta-Dajac

Tagalapat: Abegail Bongalonta-Dajac

Tagapamahala: Gilbert T. Sadsad, Francisco B. Bulalacao Jr., Grace U. Rabelas
Ma. Leilani R. Lorico, Christie L. Alvarez, Salvador T. Pelingon

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region V

Office Address: Regional Site, Rawis, Legazpi City, 4500

Telefax: (052) 482-0046 / (052) 482-0373

E-mail Address: deped.rov@deped.gov.ph

EPP
Modyul 5:
PAG-AALAGA SA MGA
MATATANDA AT IBA PANG
KASAPI NG PAMILYA

Paunang Salita

Ang Self-Learning Module o SLM na ito ay maingat na inihanda para sa ating mag-aaral sa kanilang pag-aaral sa tahanan. Binubuo ito ng iba't-ibang bahagi na gagabay sa kanila upang maunawaan ang bawat aralin at malinang ang mga kasanayang itinakda ng kurikulum.

Ang modyul na ito ay may inilaang Gabay sa Guro/ Tagapagpadaloy na naglalaman ng mga paalala, pantulong o estratehiyang magagamit ng mga magulang o kung sinumang gagabay at tutulong sa pag-aaral sa kani-kanilang tahanan.

Ito ay may kalakip na paunang pagsusulit upang masukat ang nalalaman ng mag-aaral na may kinalaman sa inihandang aralin. Ito ang magsasabi kung kailangan niya ng ibayong tulong mula sa tagapagdaloy o sa guro. Mayroon ding pagsusulit sa bawat pagtatapos ng aralin upang masukat naman ang natutunan. May susi ng pagwawasto upang makita kung tama o mali ang mga sagot sa bawat gawain at pagsusulit. Inaasahan namin na magiging matapat ang bawat isa sa paggamit nito.

Pinapaalalahanan din ang mga mag-aaral na ingatan ang SLM na ito upang magamit pa ng ibang mangangailangan. Huwag susulatan o mamarkahan ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit lamang ng hiwalay na papel sa pagsagot sa pagsasanay.

Hinihikayat ang mga mag-aaral na makipag-ugnayan agad sa kanilang guro kung sila ay makararanas ng suliranin sa pag-unawa sa mga aralin at paggamit ng SLM na ito.

Sa pamamagitan ng modyul na ito at sa tulong ng ating mga tagapagdaloy, umaasa kami na matututo ang ating mag-aaral kahit wala sila sa paaralan.



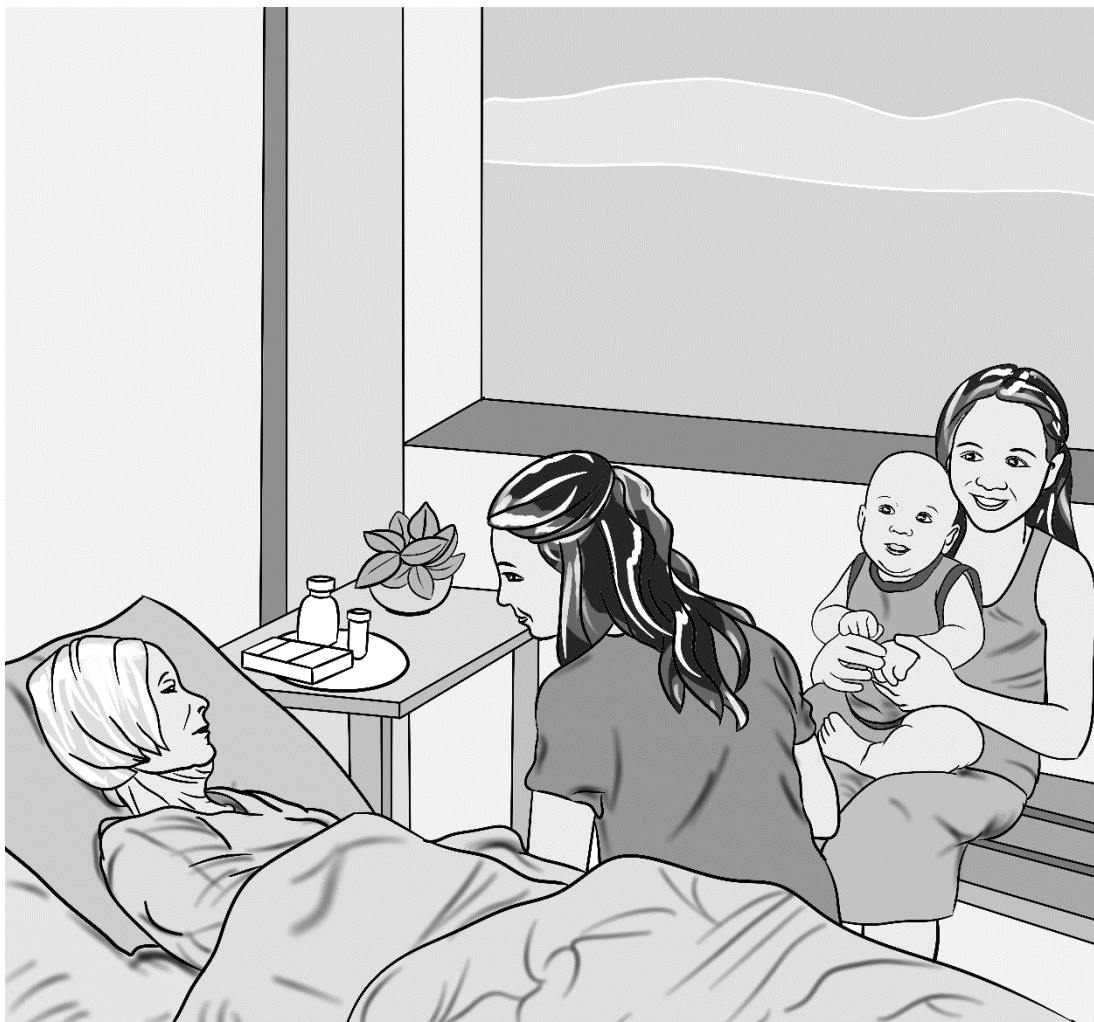
Alamin

Sa pag-aaral ng modyul na ito, inaasahan ang bawat mag-aaral na:

1. Nakatutulong sa pag-aalaga sa matatanda na may sakit at iba pang kasapi ng pamilya.
2. Naiisa-isa ang mga gawain na makatutulong sa pangangalaga sa maysakit na matanda at iba pang kasapi ng pamilya.



Subukin



Si Lola Leoncia

Ang mag-asawang sina Mang Lito at Aling Lita ay biniyayaan ng tatlong anak na babae. Sina Lala, Lirio at Lina. Ang panganay nila na si Lala ay may-asawa at may isang anak, na si Lans na walong buwan pa lamang. Sama-sama silang nakatira sa isang bahay kasama ang nanay ni Aling Lita na si Aling Leoncia na 75 taong gulang na. Pagsasaka ang ikinabubuhay ng mag-anak.

Masaya ang mag-anak sa piling ng isa't isa. Nagtutulungan, nagkakaunawaan, nagbibigayan, naggagalingan, at nagpaparaya ang bawat isa kung kinakailangan.

Isang araw, sa hindi inaasahang pangyayari inatake sa puso si Aling Leoncia na naging dahilan ng pagkaparalisa ng kalahati ng kanyang katawan. Naging alagain si Aling Leoncia at nangangailangan ng matinding pag-aalaga ng bawat kasapi ng pamilya.

Kinakailangan ding maghanap ng trabaho si Lala upang may panustos sa gatas ng kaniyang anak. Kung kaya't naging problema ni Aling Lita ang pag-aalaga kay Aling Leoncia at kay Lans, ang anak ni Lala.

Nalaman ni Lirio at Lina ang problema ng kanilang ina. Nagprisinta ang dalawang bata na sila ang mag-aalaga kay Aling Leoncia at kay Lans dahil natutunan na nila sa paaralan ang pag-aalaga sa matatanda, pag-aalaga sa maysakit, pag-aalaga sa sanggol, at nakababatang kapatid.

Kung kaya't natuwa si Aling Lita at si Lala.

Paano kaya ang gagawing pag-aalaga ni Lirio at Lina kay Aling Leoncia at kay Lans?

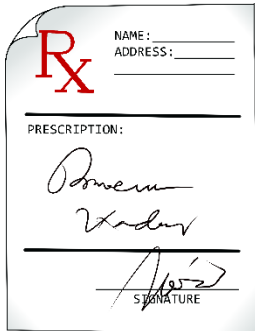
Aralin**5****Home Economics: PAG-AALAGA SA MGA MATATANDA AT IBAPANG KASAPI NG PAMILYA**

Ang tahanan ay masaya kapag maganda ang pakikitungo ng mag-anak sa bawat isa. Bilang kasapi ng mag-anak may mga tungkulin at pananagutan na dapat gampanan upang mapanatiling maayos ang pagsasamahan. Ang pagtanggap at pagganap sa mga tungkulin gaya nang pag-alaga sa matanda o maysakit na kapamilya ay nakapagpapaunlad sa mag-anak at mas magiging matiwasay ang pagsasamahan lalo't kapag may pagkakaunawaan at pagtutulungan ang bawat isa.



Balikan

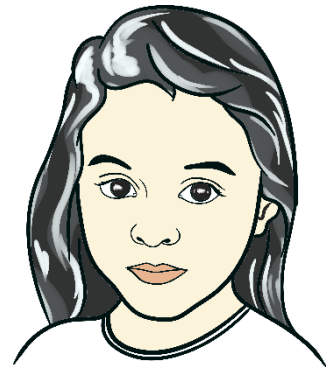
Piliin sa loob ng kahon ang salitang tinutukoy sa bawat pangungusap.



reseta



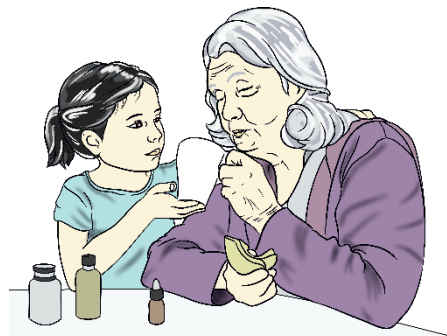
termometro



mukha



rayuma



matiyaga

- _____ 1. Ang tawag sa iminumungkahing gamot ng doktor.
- _____ 2. Gamit na pangkuha ng temperatura kapag may lagnat.
- _____ 3. Unang bahagi ng katawan ng maysakit na pinupunasan.
- _____ 4. Karaniwang sakit ng matatanda sa kasukasuan.
- _____ 5. Katangian ng isang tagapag-alaga ng matatanda o maysakit na kapamilya.



Tuklasin

Lagyan ng tsek (/) ang tamang kolum (Matanda o Maysakit) kung naaayon sa gawaing nakasaad sa kolum ng paraan ng pag-aalaga.

Paraan ng Pag-aalaga	Matanda	Maysakit
1. Panatilihing malinis at maaliwalas ang silid		
2. Panatilihing malinis at hugasan agad ang mga kagamitan sa pagkain.		
3. Hayaang makapagpahinga		
4. Hainan ng pagkain sa kanyang silid		
5. Dalawin sa kanyang silid ng madalas		
6. Pakinggan kapag nagkukuwento		
7. Iabot nang may pag-iingat at paggalang ang lahat niyang kailangan		
8. Paliguan ng maligamgam na tubig at pagsuutin ng maginhawang damit-pambahay		
9. Ipaskil sa isang lantad na lugar ang iskeddyul ng pagpapainom ng gamot para sa kaalaman ng kasambahay.		
10. Alisin agad ang mga bote ng gamot na walang laman.		
11. Kung gumagamit ng arinola, sikaping maitapon agad ang laman nito.		



Suriin

WASTONG PARAAN NG PAG-AALAGA SA MATANDA

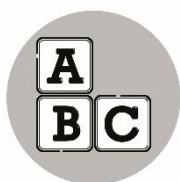


1. Panatilihing malinis at maaliwalas ang silid.
2. Panatilihing malinis ang kanyang mga kagamitan tulad ng mga gamit sa pagkain. Hugasan agad ang mga ito pagkatapos kumain.
3. Labot sa kanya nang may pag-iingat at paggalang ang lahat at ang mga pangunahin niyang pangangailangan.
4. Kung hindi na kayang maglinis ng matanda, punasan siya nang maligamgam na tubig araw-araw kung hindi makakasama sa kaniyang kalagayan.
5. Pagsuutin siya ng maginhawang damit-pambahay.
6. Hainan siya ng pagkain sa kaniyang silid kung hindi na niya kayang pumunta sa hapag-kainan.
7. Pakinggan siya kapag nagkukuwento.
8. Kausapin nang madalas ang matanda upang maramdaman niyang mahalaga pa rin siya.
9. Maaaring ipasyal ang matanda paminsan-minsan upang makalanghap ng sariwang hangin.
10. Dalawin sa kaniyang silid nang madalas kung hindi na niya kayang lumabas.

PAG-AALAGA SA MAYSAKIT



1. Panatilihing malinis at maaliwalas ang silid ng maysakit. Alisin ang mga sampay na maaaring pamahayan ng lamok.
2. Ilagay sa kaniyang silid ang mga pangunahin niyang pangangailangan at iba pang mahahalagang gamit.
3. Panatilihing bukas ang bintana upang makapasok ang sariwang hangin.
4. Ipaskil sa isang lantad na lugar ang iskedyul ng pagpapainom ng gamot para sa kaalaman ng kasambahay. Maglaan ng sadyang lalagyan ng mga gamot. Iwasang maalis ang etiketa ng mga ito. Alisin agad ang mga boteng walang laman, mga balat ng gamot at mga gamot na hindi na kailangan.
5. Panatilihing malinis ang kagamitan ng maysakit. Hugasan agad pagkatapos gamitin.
6. Gawing maginhawa ang pakiramdam ng maysakit. Punasan siya nang maligamgam na tubig araw-araw o paliguan kung hindi makakasama sa kanyang kalagayan.
7. Pagsuutin siya ng maluwag at maginhawang damit pambahay.
8. Sikaping makapagsipilyo siya ng ngipin araw-araw.
9. Kung gumagamit ng arinola, sikaping maitapon agad ang laman nito.
10. Bigyan ng sapat na panahon na makapagpahinga ang maysakit. Iwasan ang pagtigil ng mga bata sa silid kung nakagagambala sa kanya ang ingay ng mga ito.



Pagyamanin

Sagutin ng **TAMA** o **MALI**.

- _____ 1. Tiyakin na ayon sa reseta ng doktor ang ipapainom sa maysakit.
- _____ 2. May iba't ibang uri ng pagkain para sa maysakit na naaayon sa uri ng sakit.
- _____ 3. Huwag iwan ang maysakit habang kumakain upang matulungan siya kung kailangan.
- _____ 4. Huwag lumayo sa pasyente hangga't di natitiyak na nalunok na ang gamot.
- _____ 5. Palitan ang mga punda ng unan at kumot ng pasyente at ibalot ang lahat ng maruming sapin sa isang kumot at ilagay sa ropero.
- _____ 6. Iwasang putulan ang kuko at linisin ang tainga ng matanda o maysakit.
- _____ 7. Bihisan tuwing ikatlong araw upang tipid sa sabon at tubig.
- _____ 8. Masahihin ang likod, braso at daliri ng kamay pagkatapos paliguan o punasan ang isang maysakit.
- _____ 9. Pakainin ng pagkaing nabibili kung saan-saan.
- _____ 10. Ang mataas na presyon ng dugo ay karaniwang sakit ng mga matatanda.



Isaisip

Ano ang kahalagahan ng kaalaman sa wastong pag-aalaga ng matanda, maysakit at iba pang kasapi ng pamilya?



Isagawa

Ayusin sa tamang pagkakasunod-sunod ang paraan ng pagpunas sa matanda o maysakit. Isulat ang 1 hanggang 12.

- _____ a. balikat at braso
- _____ b. kamay at kili-kili
- _____ c. dibdib at tiyan
- _____ d. mukha
- _____ e. mata
- _____ f. leeg
- _____ g. likod
- _____ h. batok at bahagi ng buhok
- _____ i. tainga
- _____ j. hita at singit
- _____ k. binti at paa
- _____ l. mga daliri ng paa



Tayahin

Piliin ang titik ng tamang sagot.

1. Ang silid ng may maysakit ay kailangang kaaya-aya at _____.
 - a. maaliwalas
 - b. mapresko
 - c. masikip
2. Hayaang palaging bukas ang bintana ng silid ng maysakit upang makapasok ang _____.
 - a. mainit na hangin
 - b. usok galing sa sinusunog na dahon
 - c. preskong hangin
3. Kinakailangang punasan ang maysakit ng ____ upang maging maginghawa ang kaniyang pakiramdam.
 - a. maligamgam na tubig
 - b. malamig na tubig
 - c. mainit na tubig
4. Bukod sa mga katas ng prutas maaaring bigyan ang maysakit nang _____.
 - a. malamig na tubig
 - b. mainit na sabaw
 - c. fruit shake na may yelo
5. Upang hindi makalimutan ng kasapi ng mag-anak ang oras at paraan ng pagpapainom ng gamot, kailangang ipaskil sa isang lantad na lugar ang _____.
 - a. iskedyul
 - b. pangalan ng doktor
 - c. pangalan ng kasambahay



Karagdagang Gawain

Ano-ano angdapat na mga katangian ng isang tagapag-alaga sa matanda at maysakit na kapamilya?



Susi sa Pagwawasto

Paraan ng pag-aalaga		
1. Panatilihin malinis at maaliwalas ang silid	/	/
2. malinis Panatilihin at hugasan agad ang mga kagamitan sa pagkain.	/	/
3. Hayang makapagpahinga	/	/
4. Hainan ng pagkain sa kanyang silid	/	/
5. Dalawin sa kanyang silid ng madalas	/	/
6. Pakiinggan kapag nagkukuwento	/	/
7. Iabot nang may pag-iingat at paggalang ang lahat niyang kailangan	/	/
8. Paliguan ng maligamgam na tubig at pagsuutin ng maginhawang damit-pambahay	/	/
9. Ipaskil sa isang lantad na lugar ang iskedul ng pagpapainom ng gamot para sa kaalaman ng kasambahay.	/	/
10. Alisin agad ang mga bote ng gamot na walang laman.	/	/
11. Kung gumagamit ng arinola, sikapang maitapon agad ang laman nito.	/	/

TUKLASIN

TAYAHIN 1. A 2. C 3. A 4. B 5. A		BALIKAN 1. RESETA 2. TERMOMETRO 3. MUKHA 4. RAYUMA 5. MATYAGA	
PAGYAMANIN 1. TAMA 2. TAMA 3. TAMA 4. TAMA 5. TAMA 6. MALI 7. MALI 8. TAMA 9. MALI 10. TAMA		ISAGAWA 7. a. baliklat at braso 8. b. kamay at kilikili 9. c. dibdib at tiyan 1. d. mukha 2. e. mata 3. f. leeg 6. g. likod 5. h. batok at bahagi ng buhok 4. i. tanga 10. j. hita at singit 11. k. binti at paa 12. l. mga daliri ng paa	

Sanggunian:

Dolores M. Lavilla, Imelda O. Garcia, Bernie C. Dispabiladera.
2015. *Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan 4*. Pasig City:
Vibal Group, Inc.

Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph