



Maikling Buod

Ang magkasanib na proteksyon, adaptive tool, at banayad na ehersisyo ay nakakatulong na mapanatili ang paggana ng kamay at kalayaan sa mga pang-araw-araw na gawain.

Edwin Manarang, RN

MAKIPAG-USAP SA AMING TEAM

TELEPONO

(630) 915-5174

EMAIL

info@philippianshomecare.com

ORAS

9:00 AM hanggang 5:00 PM

Kontakin kami ngayon para sa
personalized na pangangalaga



I-scan gamit ang camera ng telepono · i-
tap ang link.

Ang brochure na ito ay para sa impormasyon lamang—hindi kapalit ng medikal na payo, diagnosis, o paggamot. Kumonsulta sa iyong doktor, nurse, o kwalipikadong teknisyano ng kalusugan kung may tanong ka tungkol sa



Mainit na pagbati.

Matatag na gawain at magiliw na suporta ang malaking tulong. Inilalahad ng brochure na ito ang dapat mong malaman, bantayan, at kung paano kami tumutulong sa bahay.

“Sa tamang suporta, mananatiling komportable, independent, at puno ng mga bagay na mahal mo ang araw-araw.”

Sa loob ng brochure na ito

- Ano ang dapat malaman tungkol sa iyong pag-aalaga
- Mga senyales na bantayan at kailan tumawag
- Mga gawi na panatilihin kang matibay at steady
- Paano makontak ang aming team



Malubhang Arthritis at Autoimmune Care

Gabay sa Panmatagalang
Pinagsamang Pagpapanatili



Magiliw na pangangalaga sa bahay na tumutulong sa iyong manatiling ligtas, komportable, at independent sa sariling tahanan.

Isang friendly na gabay para sa iyo at sa
iyong pamilya

ARAW-ARAW NA PAG-AALAGA



● Pag-aalaga sa Bahay

Maliliit at matatag na hakbang araw-araw ang nagpapanatili ng ginhawa at ligtas na galaw.

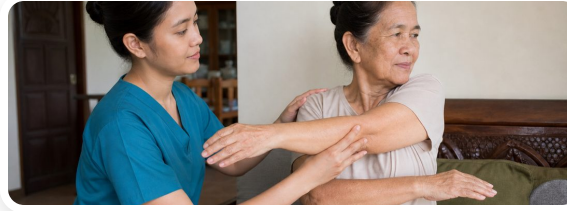
Ang aming mga nurse at caregiver ay nakikipagtulungan sa doktor at pamilya para bawat pagbisita sa bahay ay may patuloy na progreso.

- Therapy sa kamay: mainit-init na pagbabad, malumanay na pagbukas ng kamao, at mga ehersisyo ng masilya para sa kagalingan ng kamay.

Nursing care at gamot

- Dalubhasang nursing sa bahay para sa assessment, wound care, ligtas na gamot, at koordinasyon ng pagbisita kasama ang iyong doktor.

BANTAYAN NANG MABUTI



● Ano ang Dapat Bantayan

Kapag maagang nalalaman ang mga senyales, mas mabilis ang ginhawa at mas ligtas ang araw.

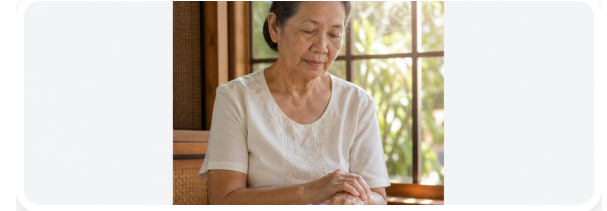
- Subaybayan ang pananakit ng kasukasan, tagal ng paninigas sa umaga, pamamaga, at paggana ng kamay.
- Tandaan kung aling mga ADL ang pinakamahirap: mga pindutan, susi, pagluluto, o pag-aayos.

Magandang malaman

- Ang arthritis ay nagpapaalab sa mga kasukasan at maaaring

Kailan tumawag: Biglaang sakit, hirap huminga, mataas na lagnat, o pagkalito—tawagan ang nurse o doktor. Tumawag sa **911** sa emergency.

MANATILING MATIBAY



● Manatiling Matibay at Steady

Mga gawi sa wellness na panatilihin kang gumagalaw, balanse, at independent sa bahay.

Maliliit na hakbang ang may malaking epekto: isang stretch, isang balanseng pagkain, o maikling lakad ay maaaring magpasaya ng buong araw.

- Araw-araw na banayad na ROM: mga daliri, pulso, siko, at balikat sa mainit na shower kung ligtas.
- Pagpapalakas: light bands para sa mga braso at sit-to-stand para sa mga binti sa mas magandang araw.