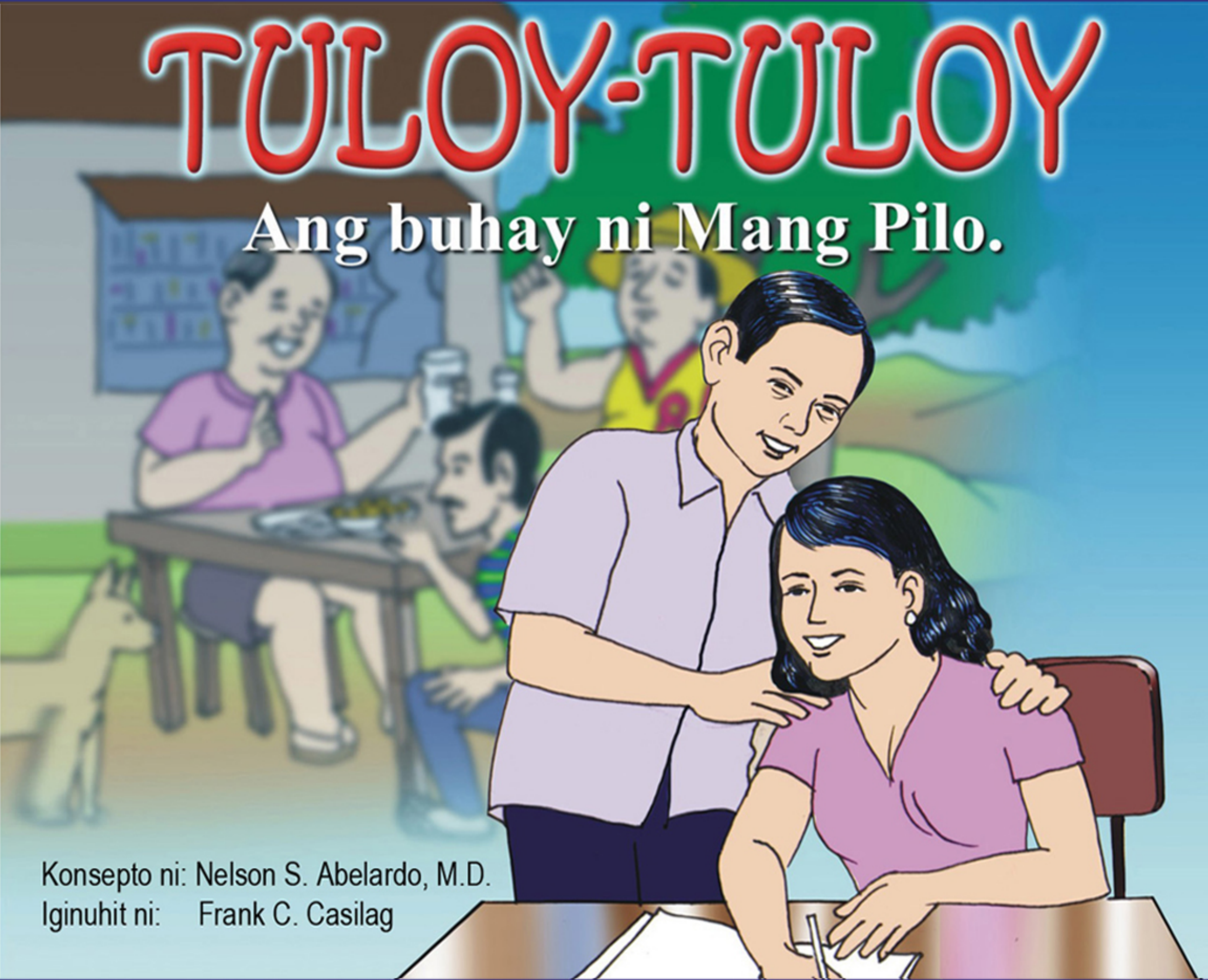
KOMIKS

MGA MAHALAGANG KAALAMAN TUNGKOL SA HYPERTENSION

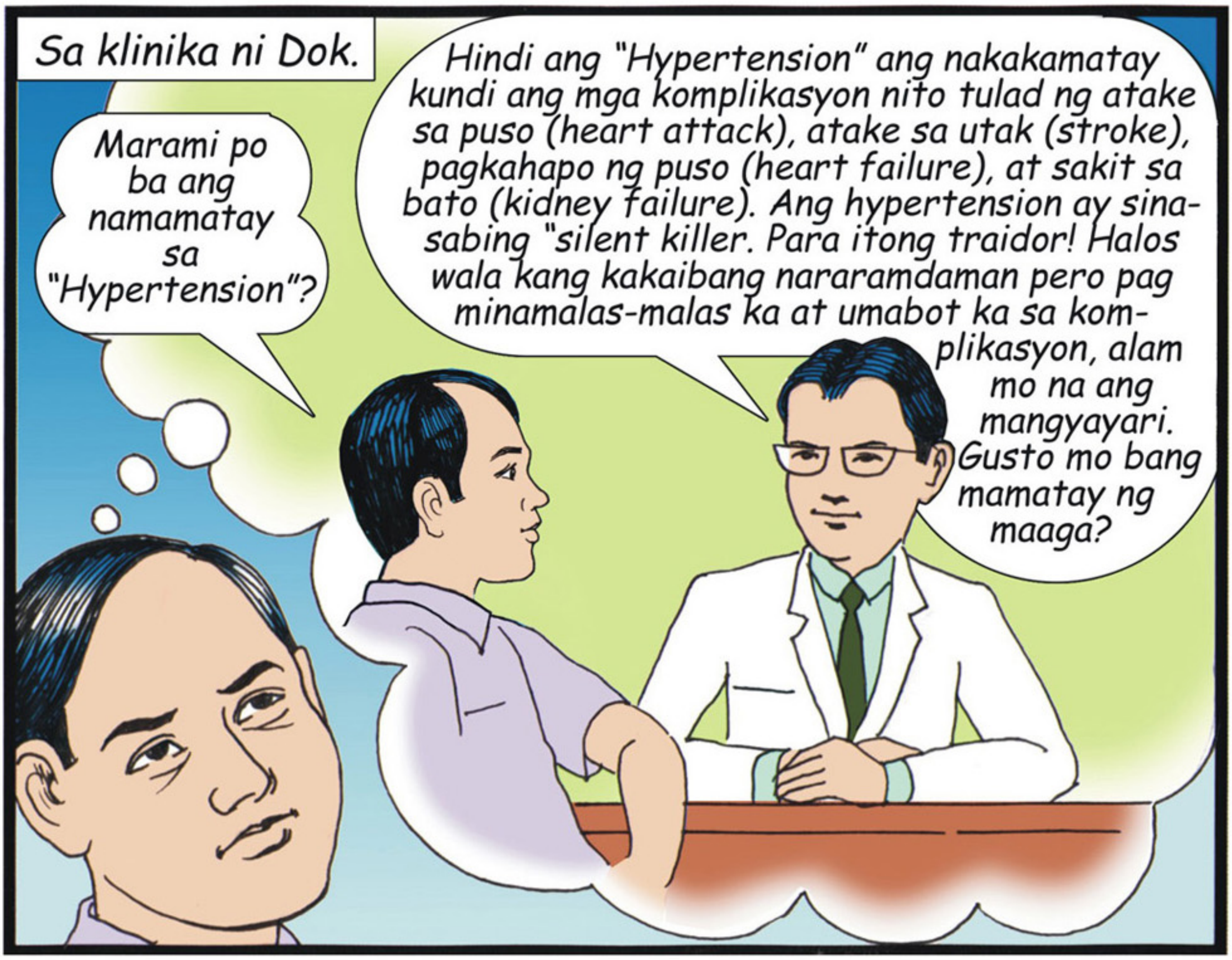
TULOY-TULOY

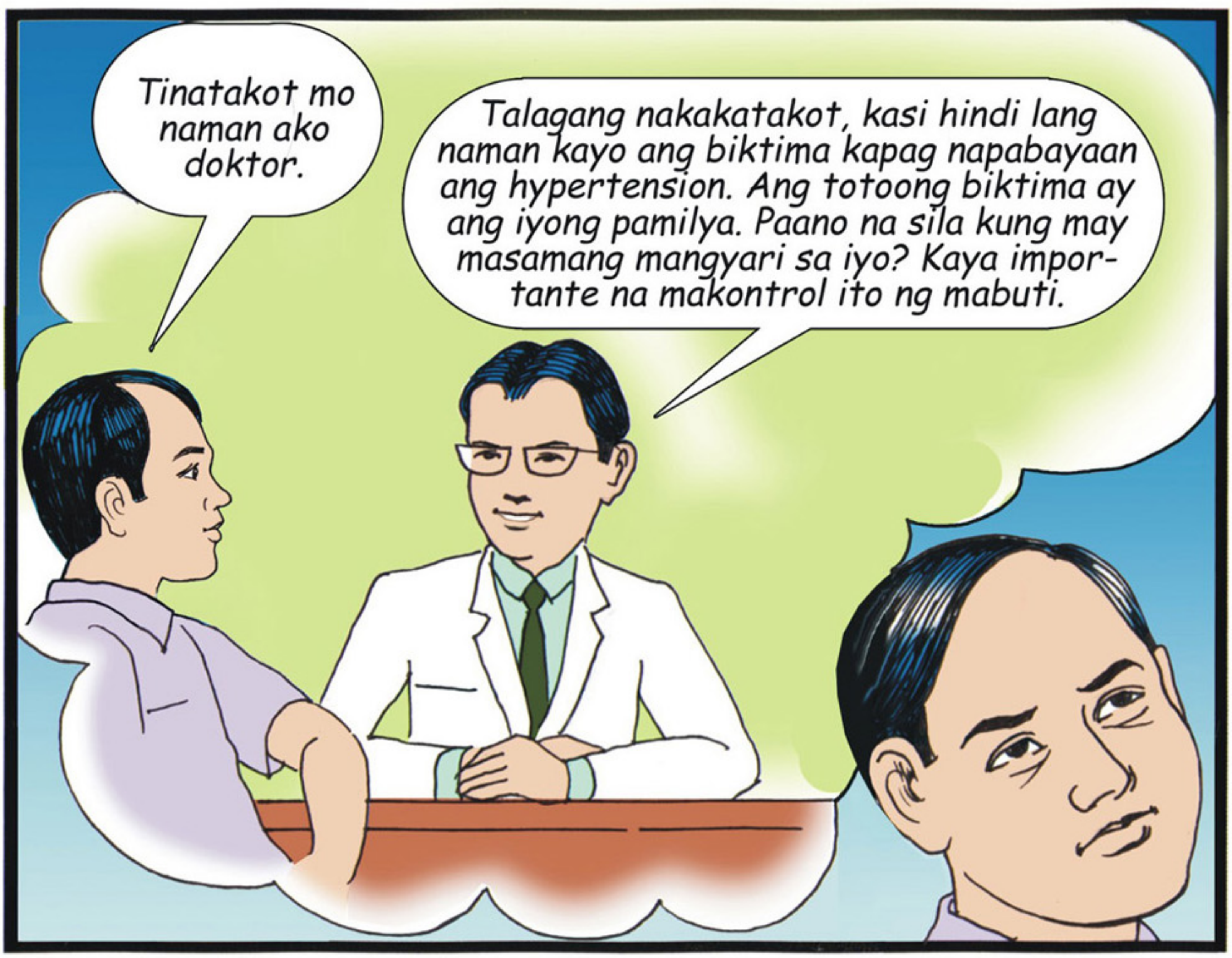
Ang buhay ni Mang Pilo.



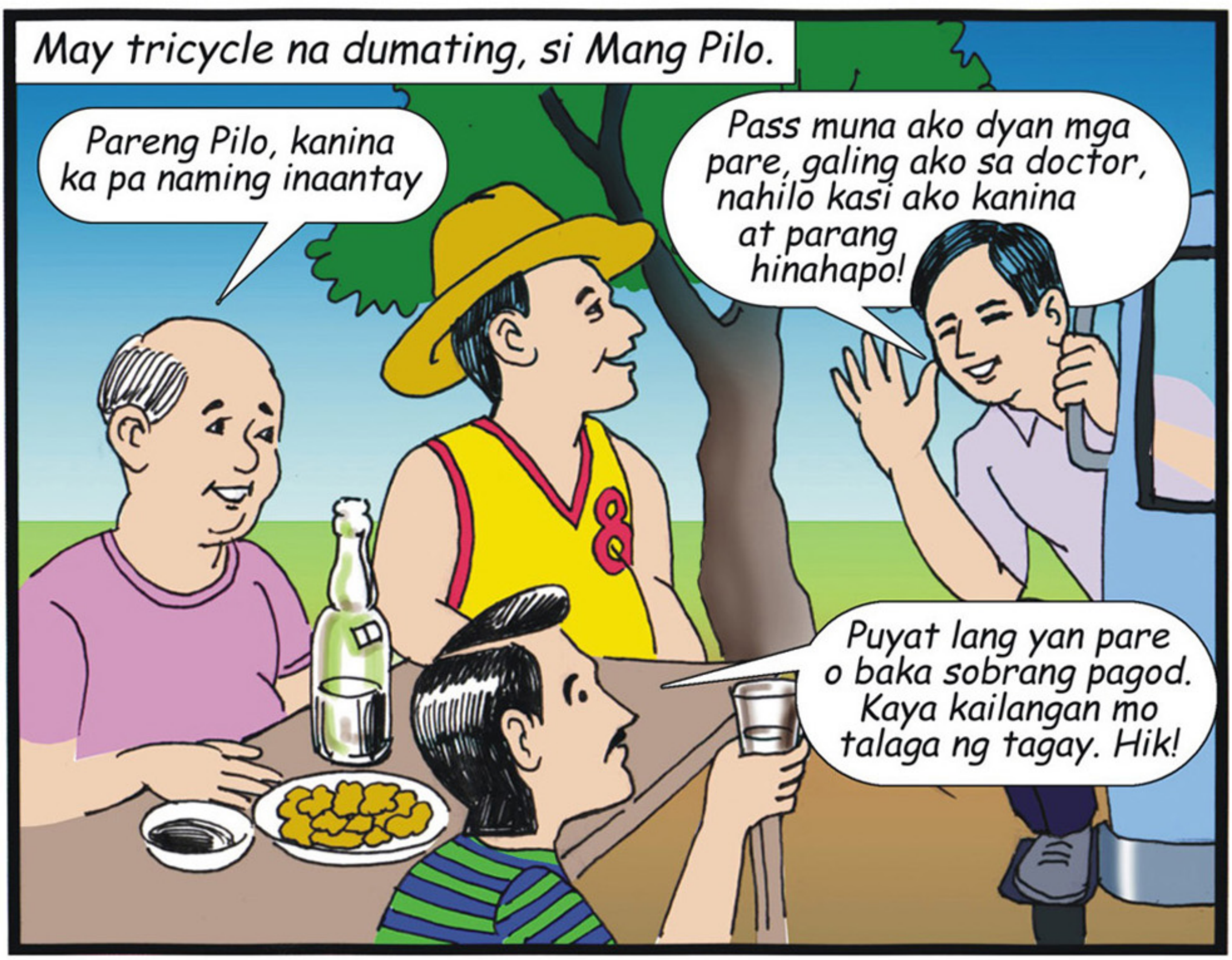
Konsepto ni: Nelson S. Abelardo, M.D.
Iginuhit ni: Frank C. Casilag

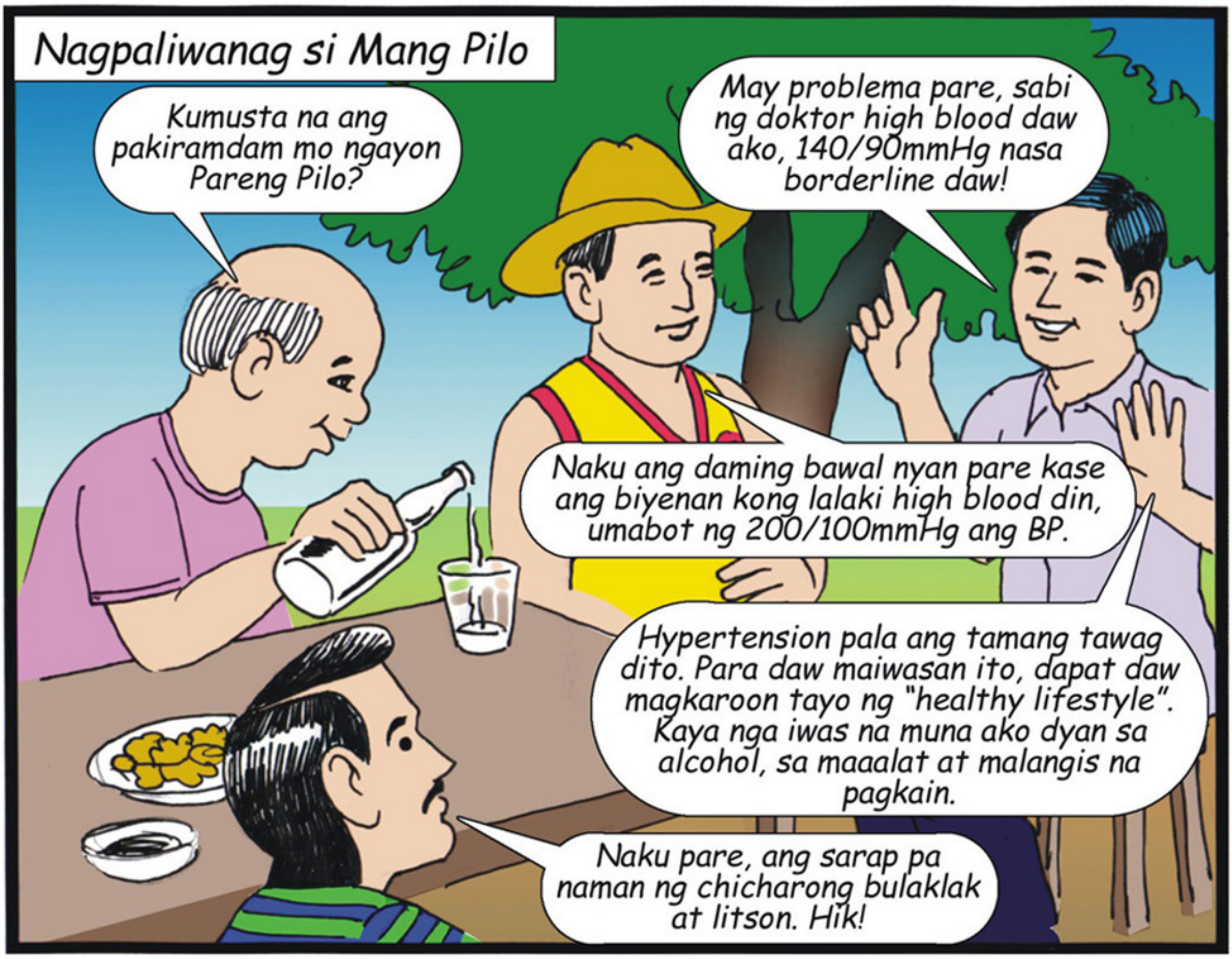
Pinagsamang proyekto ng
PHILIPPINE SOCIETY OF HYPERTENSION
at
GX INTERNATIONAL, INC.

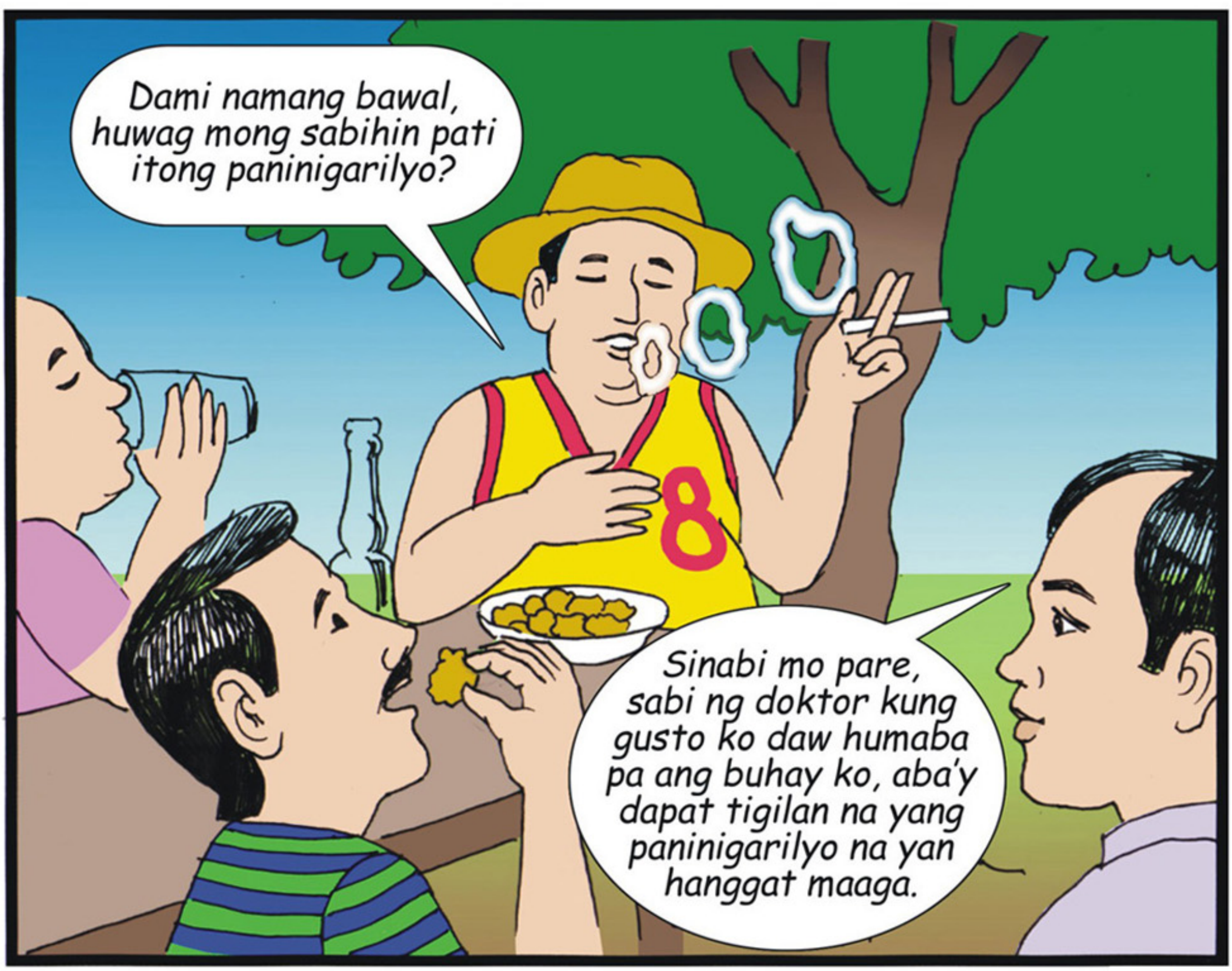

Sa klinika ni Dok.
Marami po ba ang namamatay sa "Hypertension"?
Hindi ang "Hypertension" ang nakakamatay kundi ang mga komplikasyon nito tulad ng atake sa puso (heart attack), atake sa utak (stroke), pagkahapo ng puso (heart failure), at sakit sa bato (kidney failure). Ang hypertension ay sina-sabing "silent killer. Para itong traidor! Halos wala kang kakaibang nararamdaman pero pag minamalas-malas ka at umabot ka sa kom-plikasyon, alam mo na ang mangyayari. Gusto mo bang mamatay ng maaga?

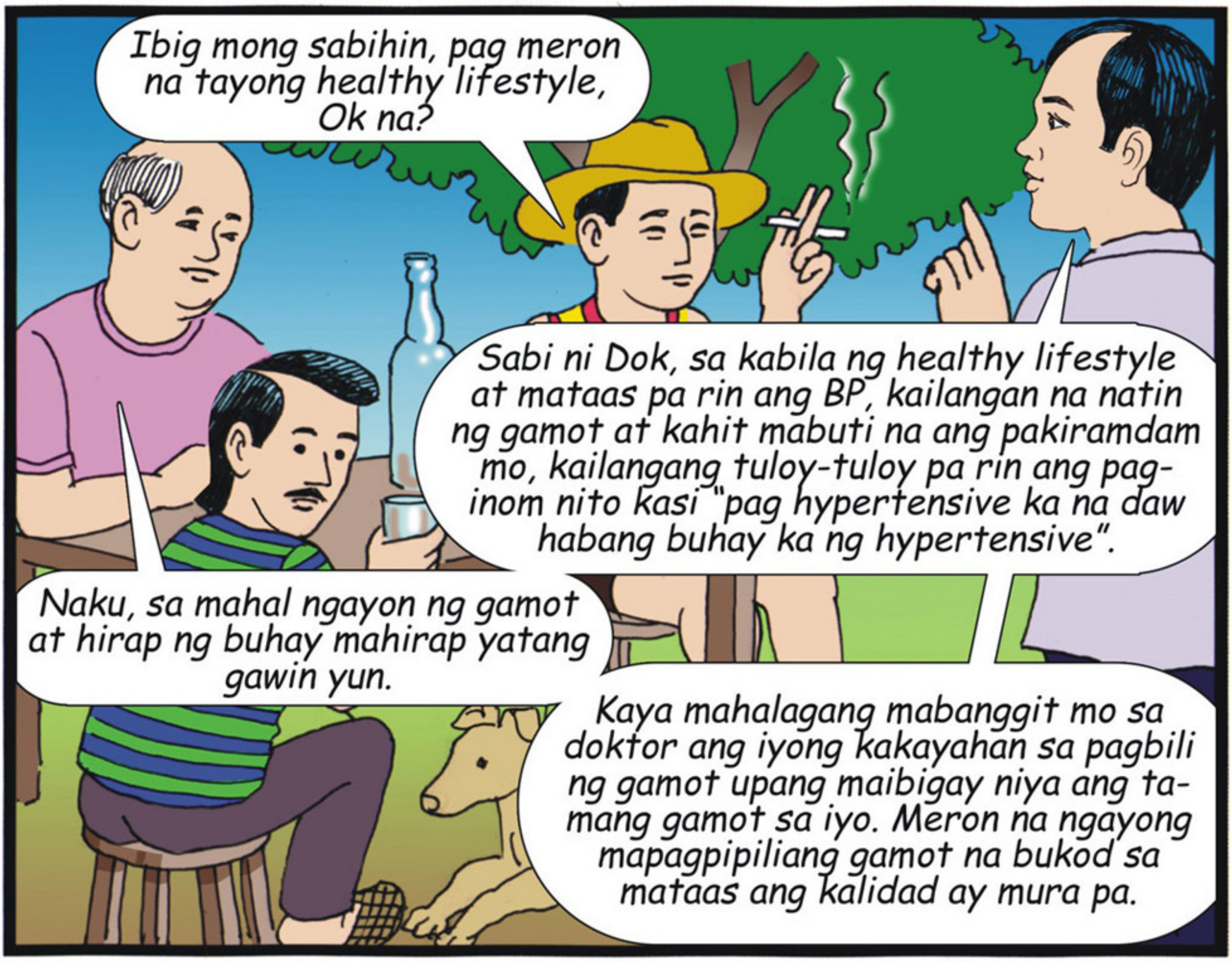

Tinatakot mo naman ako doktor.
Talagang nakakatakot, kasi hindi lang naman kayo ang biktima kapag napabayaan ang hypertension. Ang totoong biktima ay ang iyong pamilya. Paano na sila kung may masamang mangyari sa iyo? Kaya impor-tante na makontrol ito ng mabuti.

May nagkakasayahan
Pare, sarap talaga ng buhay, painom-inom, payosi-yosi at may chicharon bulaklak pa. Hik!
Tama ka pare, kalimutan muna ang problema. Hik!
Teka, Parang kulang a?

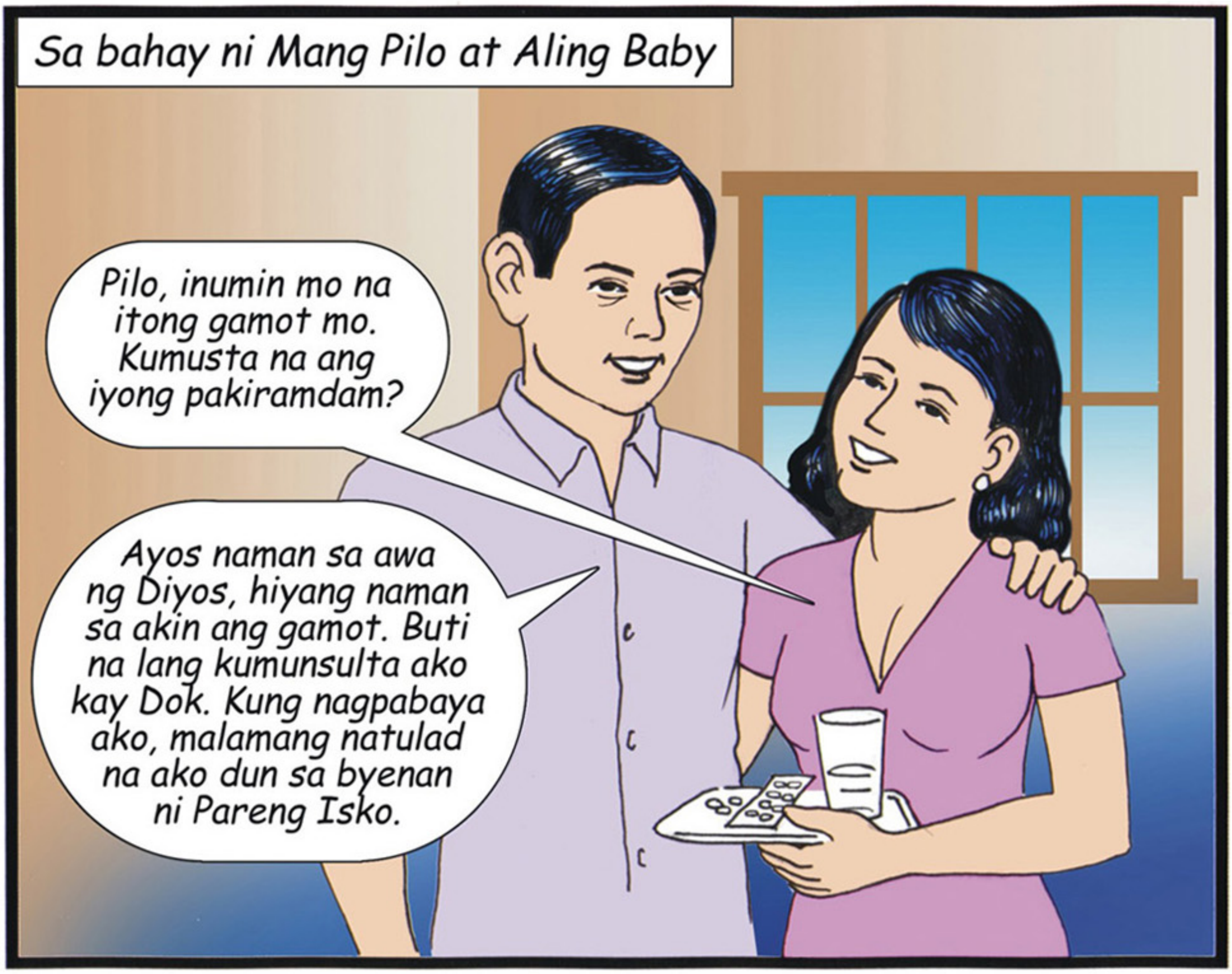

May tricycle na dumating, si Mang Pilo.
Pareng Pilo, kanina ka pa naming inaantay
Pass muna ako dyan mga pare, galing ako sa doctor, nahilo kasi ako kanina at parang hinahapo!
Puyat lang yan pare o baka sobrang pagod. Kaya kailangan mo talaga ng tagay. Hik!


Nagpaliwanag si Mang Pilo
Kumusta na ang pakiramdam mo ngayon Pareng Pilo?
May problema pare, sabi ng doktor high blood daw ako, 140/90mmHg nasa borderline daw!
Naku ang daming bawal nyan pare kase ang biyenan kong lalaki high blood din, umabot ng 200/100mmHg ang BP.
Hypertension pala ang tamang tawag dito. Para daw maiwasan ito, dapat daw magkaroon tayo ng "healthy lifestyle". Kaya nga iwas na muna ako dyan sa alcohol, sa maaalat at malangis na pagkain.
Naku pare, ang sarap pa naman ng chicharong bulaklak at litson. Hik!


Dami namang bawal, huwag mong sabihin pati itong paninigarilyo?
Sinabi mo pare, sabi ng doktor kung gusto ko daw humaba pa ang buhay ko, aba'y dapat tigilan na yang paninigarilyo na yan hanggat maaga.
8


Ibig mong sabihin, pag meron na tayong healthy lifestyle, Ok na?
Sabi ni Dok, sa kabila ng healthy lifestyle at mataas pa rin ang BP, kailangan na natin ng gamot at kahit mabuti na ang pakiramdam mo, kailangang tuloy-tuloy pa rin ang pag-inom nito kasi "pag hypertensive ka na daw habang buhay ka ng hypertensive".
Naku, sa mahal ngayon ng gamot at hirap ng buhay mahirap yatang gawin yun.
Kaya mahalagang mabanggit mo sa doktor ang iyong kakayahan sa pagbili ng gamot upang maibigay niya ang tamang gamot sa iyo. Meron na ngayong mapagpipiliang gamot na bukod sa mataas ang kalidad ay mura pa.

Nang biglang dumating ang anak ni Mang Isko.
Tay, tawag po kayo ni Nanay, na stroke daw po si Lolo, di daw po maigalaw ang kalahati ng katawan at di makapag-salita!
Naku, sinabi ko na nga ba eh!


Sa bahay ni Mang Pilo at Aling Baby
Pilo, inumin mo na itong gamot mo. Kumusta na ang iyong pakiramdam?
Ayos naman sa awa ng Diyos, hiyang naman sa akin ang gamot. Buti na lang kumunsulta ako kay Dok. Kung nagpabaya ako, malamang natulad na ako dun sa byenan ni Pareng Isko.

Oo nga, isinulat ko nga dito yung mga payo ni Dok eh ... healthy lifestyle, regular na konsultasyon, tamang gamot ... at ang pagsunod dito, dapat TULOY-TULOY.
Oo naman, para sa TULOY-TULOY na buhay!
WAKAS

Ano ba ang Philippine Society of Hypertension?

Ang Philippine Society of Hypertension (PSH) ay ang tanging organisasyon sa Pilipinas na tumatalakay sa pag-aaral at paglunas ng hypertension at mga kaugnay na sakit sa puso (cardiovascular diseases). Ang PSH ay gumugugol sa pagtuturo sa mga manggagamot at iba pang health professionals tungkol sa mga bagong tuklas na pagsusuri at mga mapagpipiliang paraan ng paggamot, tungo sa layunin na makontrol ang high blood pressure at mabawasan ang pagkakaroon ng cardiovascular, kidney disease at stroke. Ang PSH ay aktibo sa pagpapalaganap ng kamalayan at pamamahagi ng inpormasyon tungkol sa hypertension at iba pang sakit tungkol sa heart at bloob vessels sa pamamagitan ng tri-media sa radio, sa tv at sa pahayagan. Nagsasagawa rin ito ng mga seminar para sa mga health professionals at mga karaniwang tao tungkol sa tamang paraan ng pagsukat ng blood pressure. Ang Philippine Society of Hypertension ay may inilunsad na programa upang hirangin ang ilang manggagamot bilang espesyalista sa hypertension (Hypertension Specialists). Ang mga hypertension specialists ay mga doktor na nagpakadalubhasa sa paggagamot ng hypertension at kalapit na cardiovascular disorders.

Ano ang GX INTERNATIONAL, INC.?

Ang GX INTERNATIONAL, INC. ay isang Pilipinong kumpanya na itinatag noong 1993. Layunin nito ang i-angat ang kalusugan ng bawat Pilipino sa pamamagitan ng paggawa ng mataas na kalidad na gamot sa abot-kayang halaga. Nakikipag-ugnayan ito sa ibat-ibang medical organizations at societies upang mamahagi ng kaalaman o impormasyon tungkol sa mga karamdamang kadalasang panghabang buhay katulad ng hypertension, diabetes at hika. Magtanong sa iyong doktor hinggil sa mga gamot ng GX na angkop para sa yo.

Para sa karagdagang inpormasyon sa mga aktibidad ng Philippine Society of Hypertension, makipag-ugnay sa PSH secretariat sa:

PHILIPPINE SOCIETY OF HYPERTENSION

Unit H, 11th Floor Strata 100 F.
Ortigas Jr. Road, Pasig City

www.philippinesocietyofhypertension.org.ph

+63 (2) 696-2819 / +63 917-625-5810 / +63 995-526-4214

Social Media

PSH Officers & Members of the Board of Trustees 2021- 2023

President:	Deborah Ignacia D. Ona, M.D.
Vice-President:	Dolores D. Bonzon, M.D.
Secretary:	Gilbert C. Vilela, M.D.
Treasurer:	Alejandro F. Diaz, M.D.
Trustees:	Benjamin A. Balmores, Jr., M.D.
	Marlon Co, M.D.
	Arnold Mina, M.D.
Immediate Past President:	Leilani Mercado-Asis, M.D.

Sponsored as a service to the medical profession by