

# 3. Mga gamot

## Mga gamot na kailangang may reseta at hindi kailangan ang reseta

- ang iyong doktor pampamilya (GP) o espesyalista ay maaaring maghatol ng gamot para sa iyo sa pamamagitan ng pagbibigay ng reseta
- kailangang dalhin mo ang reseta sa botika/parmasya
- ang parmasyutika ang magbabahagi ng gamot at ipapaliwanag kung magkano ang babayaran mo, kung paano gagamitin ang gamot at anumang mga salang-epekto (epektong hindi inaasahan o 'side effect') na dapat pakiramdaman
- makakabili ka ng ilang mga tabletas, kremang pampahid at likidong-gamot nang walang reseta. Walang bayad pantulong ang pamahalaan para sa mga gamot na hindi inireseta

## Pagbabayad ng mga gamot na may reseta

- kung dadalhin mo ang reseta sa botika/parmasya, dapat mong dalhin ang iyong Medicare Card, Health Care Card o Pension Concession Card dahil lalong pinamumura ng mga ito ang iyong gamot
- ang Pamamaraan sa Benepisyo sa Parmasyutika (Pharmaceutical Benefits Scheme (PBS)) ng Pamahalaang Federal ay may bayad-pantulong sa mga gamot na nakalista sa ilalim ng pamamaraang ito
- ang mga gamot ay dapat na inireseta ng isang doktor para maging karapatdapat sa bayad-pantulong sa PBS, subali't kahit na ganyan, hindi lahat ng mga gamot ay nasa listahan. Kung ang iyong doktor ay nag-reseta ng gamot na wala sa listahan ng PBS, dapat mong bayaran ang kabuuang halaga
- kung mayroon kang Health Care Card, ang pinakamahal na babayaran mo sa bawa't PBS na gamot ay \$4.90 (mula ika-1 Enero 2007)
- kung Medicare Card lang ang mayroon ka, ang pinakamahal na babayaran mo sa bawa't PBS na gamot ay \$30.70 (mula ika-1 Enero 2007)
- ang mga pinakamataas na halaga ay binabago tuwing ika-1 ng Enero taon-taon.
- kung ikaw o ang iyong pamilya ay nangangailangan ng maraming gamot sa loob ng isang taon, tanungin ang iyong parmasyutika tungkol sa isa pang pamamaraan na tinatawag na 'Safety Net' na makakatulong sa gastos mo kapag nagasta mo na ang nakatakdang halaga. Ang iyong parmasyutika ay makakatulong sa iyo sa pag-aaplay para sa pamamaraang ito.

## Pag-inom ng mga gamot

- ang mga tagubilin ay isusulat sa etiketang nakadikit sa gamot. Kung hindi mo naiintindihan ang mga tagubilin, hilingin sa parmasyutika na ipaliwanag sa salita at sabihin sa iyo. Tiyakin mo na<sup>1</sup>:
  - huwag iinom ng gamot na inireseta sa iba
  - huwag gagamit ng lumang gamot at lipas na sa petsa
  - ilagay ang mga gamot sa lugar na hindi maaabot ng mga bata
  - bumalik sa iyong doktor kung may mga salang-epekto (side effects)
  - huwag mamigay sa iba ng gamot na inireseta sa iyo kabilang na dito ang mga kamag-anak sa ibayong-dagat
  - ipaalam sa iyong parmasyutika o doktor kung nahihirapan ka sa pag-inom ng iyong mga gamot o nalilimutang inumin ang iyong mga gamot
  - intindihin kung papaano ang pagtatabi o pagtatago ng iyong gamot - halimbawa, may ilang mga gamot na kailangang nasa malamig na lagayan katulad ng refrigerator habang ang iba naman ay hindi dapat na nakatago sa refrigerator
  - ipaalam sa iyong parmasyutika o doktor bago ka uminom o gumamit ng anumang bagong gamot upang matiyak na hindi ito kokontra sa iyong mga gamot na kasalukuyan mong iniinom

Ang iyong parmasyutika ay maaaring magtanong sa iyo kung gusto mo ng mas murang generikong marka ng gamot. Maraming mga gamot ang mabibili sa iba pang marka at ang mga presyo sa pagitan nila ay nagkakaiba. Ang generikong mga gamot ay nagtataglay ng kaparehong mga aktibong sangkap, parehong tapang at parehong paraan ng pag-inom at nasubukan na upang matiyak na pareho ang talab o epekto kagaya ng mas mamahaling mga gamot

## 3. Mga gamot

### Hindi palagiang inihahatol ang gamot

- maaring napapansin mong ang mga doktor sa Australia ay kakaiba sa mga doctor sa iyong kinamulang bayan. Marahil napapansin mong ang mga doktor sa Australia ay medyo atubiling magreseta ng gamot o may pagkakaiba ang paggamit nila ng iniksiyon
- kinikilala ng maraming doktor sa sistemang pangkalusugang pangangalaga sa Australia na ang pagkakaroon ng alalahanin ay maaring maging dahilan ng mga problemang pangkatawan. Maaaring lalong gusto ng iyong doktor na pag-usapan ninyo ang problema mo, o mag-aral kang mag-ehersisyo para pang-aliw, kaysa sa siya'y maghatol ng mga gamot
- kung ang doktor ay naniniwalang maiiwasan ang pagkakaroon o pagtindi ng problemang pangkalulusugan sa pamamagitan ng uri ng pamumuhay maaring imungkahi niyang magbago ka ng uri ng pamumuhay, halimbawa dagdagan ang ehersisyo, kumain ng mas malusog na pagkain o dagdagan ang gawaing panlibangan. Marahil ito'y nakapagtataka, subali't ang lahat ng payong ito ay batay sa pananalikisik ukol sa mabuting kalusugan.
- maaari ka ring gumagamit ng mga tradisyonal (hindi medikal) na pangremedyo o mga gamot para sa problemang pangkalusugan na binili mo nang walang reseta. Isang mabuting ideya na sabihin sa iyong doktor na umiinom/gumagamit ka ng mga ito, kahit hindi gaanong kilala/walang gaanong kaalaman ang doktor mo tungkol sa mga ito. Ang mga gamot na may reseta at ang tradisyonal na panggagamot o remedyo ay maaaring magkakaontra sa isa't-isa at maging dahilan ng komplikasyon.

### Pagkuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa mga gamot

- makakakuha ka ng impormasyon tungkol sa karaniwang salang-epekto (side effect), pagkokontra ng gamot (drug interactions), mga babala at pangkalahatang impormasyon tungkol sa gamot reseta, walang reseta at karagdagang mga gamot (herbal/natural/bitamina/mineral) sa pamamagitan ng pagtawag sa National Prescribing Service (NPS) Medicines Line sa 1300 888 763 sa pagitan ng 9 n.u. – 6 n.h., lunes hanggang biyernes. Pakitandaan na ang mga interprete sa telepono ay hindi magagamit sa linyang ito
- makakakuha ng impormasyon tungkol sa Medicare na isinalin sa 16 na wika, tungkol sa mga gamot sakop ng PBS at kung papaano ang pag-inom ng gamot nang ligtas sa panganib, sa [http://www.medicareaustralia.gov.au/yourhealth/our\\_services/choose\\_your\\_language.htm#d](http://www.medicareaustralia.gov.au/yourhealth/our_services/choose_your_language.htm#d).

Ang polyeto ng impormasyon na ito ay nasa mga 10 serye. Ang kompletong set:

- Sistemang pangkalusugan sa Queensland
- Pagpapatingin sa doktor
- Mga gamot
- Mga ospital sa Queensland
- Mga sentrong pangkalusugan ng komunidad
- Mga serbisyong dental o para sa ngipin
- Mga magkaka-ugnay na serbisyong pangkalusugan
- Pananatiling malusog at pag-iwas sa sakit
- Mga serbisyong pangkalusugan at pangsuporta para sa mga partikular na grupo
- Ikaw at ang sistema ng serbisyong pangkalusugan