JANUARY
Makugihon

FEBRUARY
Mahigugmaon

MARCH
Matinabangon

APRIL
Matinahuron

MAY
Mahapsay og Malimpyo

JUNE
Maabtik og Musunod sa Insaktong Oras

JULY
Maantigo og Maabilidad

AUGUST
Maginhunahunaon para sa Uban

SEPTEMBER
Madaginoton

OCTOBER
Matinud-anon

NOVEMBER
Masaligan

DECEMBER
Maalampuon

Republic of the Philippines
Department of Education
Regional Office IX, Zamboanga Peninsula

Zest for Progress
Zeal of Partnership

3

HEALTH

Quarter 2, Wk. 7 - Module 1

Karaniwang Sakit ng mga Bata

Name of Learner: ______________________________

Grade & Section: ______________________________

Name of School: ______________________________

Alamin

Ang sakit ay anumang kalagayan na hindi pangkaraniwan sa katawan o isipan ng isang tao. Ito ay may iba't ibang sintomas na nakakaapekto sa ating kalusugan at higit sa lahat sa pang-araw-araw na pamumuhay.

Sa modyul na ito, inaasahan na makakamit mo ang mga sumusunod na layunin:

A. Nakikilala ang karaniwang sakit ng mga bata; **(H3DD-IIbcd-1)**
B. Nailalarawan ang karaniwang sakit ng mga bata;
C. Napahahalagahan ang wastong pangangalaga sa kalusugan.

Subukin

Panuto: Pagtambalin ang mga larawan sa Hanay A sa uri ng mga sakit sa Hanay B. Isulat ang letra ng tamang sagot sa patlang.

Hanay A	Hanay B
_____1. *https://mediko.ph/?s=measles*	A. ubo
_____2. *https://mediko.ph/?s=polio*	B. tigdas
_____3. *https://bit.ly/2GzyOr6*	C. polyo

Aralin 1	Karaniwang Sakit ng mga Bata

Balikan

Panuto: Lagyan ng tsek (√) ang kahon sa ilalim ng larawan na nagpapakita ng isang malusog na bata at ekis (X) naman kung hindi.

https://bit.ly/2FmB6tl

1.

https://bit.ly/32xdef1

2.

https://bit.ly/2FmB6tl

3.

Tuklasin

Oh, May Sakit Ako!

Panuto: Isulat ang iba't ibang mga sakit na iyong naranasan.

Suriin

Ang sakit ay isang hindi pangkaraniwan na kondisyon ng katawan na nagpapabago sa normal na takbo ng ating katawan at isipan. Ang bawat sakit ay may tiyak na pangkat ng palatandaan at sintomas. Ang sakit ay nakaapekto sa ating kalusugan, nalilimitan nito ang ating mga gawain at

nakakaapekto sa kalidad ng ating buhay pati na rin ang ating pakikipag-ugnayan sa iba.

Ang mga bata ay mas madaling kapitan ng mga sakit. Karaniwang sakit ng mga bata ay ang mga sumusunod:

1. Ang **pulmonya (pneumonia)** ay isang impeksyon sa baga kung saan ang baga ay nagkakaroon ng malubhang pamamaga na dala ng virus, bacteria, fungus at mga katulad na mikrobyo. Ang air sacs ng baga ay napupuno ng fluid o nana. Kasabay ng impeksyon na ito ang ubo, lagnat at hirap sa paghinga.

https://mediklo.ph/?s=pulmonya

2. Ang **chickenpox** o **'bulutong'** ay isa sa pinakanakakahahawang sakit na dulot ng virus. Ang sakit na ito ay bunga ng impeksyong mula sa *Varicella zoster* virus. Ang mga karaniwang sintomas ng sakit na ito ay ang pagkakaroon ng maliliit na pulang butlig sa balat na lubhang napakakati, pagkakaroon ng lagnat, pananakit ng mga kasu-kasuan, at ang panghihina ng katawan.

https://mediko.ph/karamdaman/bulutong-chickenpox/

3. Ang **lagnat ng dengue** (***dengue fever***) ay naipapasa sa tao sa pamamagitan ng kagat ng babaeng lamok na *Aedes aegypti* na siyang nagdadala ng virus na dengue. Hindi ito naipapasa mula sa isang tao papunta sa ibang tao.

https://mediko.ph/?s=dengue

4. Ang **hand, foot, and mouth disease o HFMD** ay kilalang infectious disease na nakaaapekto sa mga bata. Kapag nagkaroon ng sakit na ito, ang pasyente ay magkakaroon ng mga sugat at pantal o butlig sa kanyang mga kamay, paa, at bibig.

https://mediko.ph/?s=hfmd

5. Ang **influenza** (mas kilala ito bilang **flu or trangkaso**) ay isang respiratory illness na sanhi ng flu virus. Lubhang nakakahawa ang sakit na ito at mabilis kumalat. Kung na-expose ang inyong anak sa taong may flu na umubo o bumahing, malaki ang tsansa na mahawa siya, lalo na kung hindi pa siya nababakunahan.

6. **Tigdas o measles**. Pagkakaroon ng pamamantal o rashes sa buong katawan pagkatapos ng ilang araw na may mala-trangkasong pakiramdam tulad ng lagnat, ubo at sipon, at pamumula ng mata.

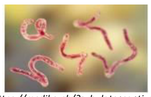
https://mediko.ph/?s=tigdas

7. **Beke o mumps**. Isang sakit na dala ng mumps virus na karaniwang nakaka-apekto sa mga bata. Makaramdam ng kirot at implamasyon sa tagiliran ng

https://mediko.ph/?s=beke

panga dahil sa pamamaga ng mga salivary glands o glandula ng laway.

8. Ang **bulate sa tiyan** (***parasitic intestinal infestation***) ay isang uri ng impeksyon kung saan may mga bulate na loob ng tiyan ng tao, na siyang kumukuha ng nutrisyon na dapat ay para sa taong apektado. Ito'y nagdudulot ng pagkakasakit at pagkawala ng sigla.


https://mediko.ph/?s=bulate+sa+tiyan

9. Ang **pedicolusis** ay kalagayan ng isang taong may kuto.

https://mediko.ph/?s=kuto

10. Ang ***sore eyes*** ay kondisyon sa mga mata na bunga ng iba't ibang mga impeksyon at nakaiiritang mga sanhi. Ito ay tinatawag din na *conjunctivitis* o kaya naman ay "pink eye" dahil sa kulay ng mga mata ng mga taong mayroon nito.

https://mediko.ph/?s=sore+eyes

Pagyamanin

Gawain 1

Panuto: Basahin at unawaing mabuti ang bawat pangungusap. Piliin ang wastong sagot sa loob ng kahon at isulat ito sa patlang bago ang bilang.

pedicolusis	**HFMD**	**beke o *mumps***

_______1. Ito ay implamasyon sa tagiliran ng panga dahil sa pamamaga ng mga salivary glands. Anong uri ng karamdaman ito?

_______ 2. Ano ang tawag sa kalagayan ng isang taong may kuto?

_______ 3. Kilalang infectious disease na nakaaapekto sa mga bata kung saan nagkakaroon ng mga sugat at butlig sa mga kamay, paa at bibig. Ito ay tinatawag na_____?

Gawain 2

Panuto: Basahin at unawain ang bawat pangungusap. Isulat ang **tama** sa patlang kung ang sinasaad ay wasto at **mali** kung hindi.

______ 1. Ang dengue fever ay naipapasa sa tao sa pamamagitan ng kagat ng babaeng lamok.

_______ 2. Sore eyes ang tawag sa kalagayan ng isang taong may kuto.

_______ 3. Ang batang may bulate sa tiyan ay malusog at masigla.

Isaisip

Panuto: Sagutin ang mga sumusunod na tanong. Magbigay ng limang halimbawa ng mga karaniwang sakit ng mga bata.

____________________ ____________________ ____________________

____________________ ____________________

Paano mo mapahahalagahan ang iyong kalusugan?

____

____

____

Isagawa

Panuto: Iugnay ang mga uri ng sakit sa Hanay A base sa paglalarawan ng kanyang mga sintomas sa Hanay B. Isulat sa patlang ang letra ng tamang sagot.

Hanay A

________1.
https://mediko.ph/?s=bulutong
chicken pox/ bulutong

________2.
https://mediko.ph/?s=sore+eyes
sore eyes

measles

Hanay B

A. May pamamantal o rashes sa buong katawan.

B. Pagkakaroon ng maliliit na pulang butlig sa balat na lubhang napakati, pagkakaroon ng lagnat at panghihina ng katawan.

C. Pamamaga ng mata dulot ng sangkap na nakaiirita.

________3.

https://mediko.ph/?s=measles

Tayahin

Panuto: Basahing mabuti ang mga tanong. Piliin ang letra ng tamang sagot.

1. Alin sa mga larawan ang nagpapakita ng sakit na bulutong?

A.
https://www.iligan.gov.ph/staying-cool-hot-

B.
https://mediko.ph/?s=measles

C.
https://mediko.ph/?s=mumps

D.
https://mediko.ph/?s=chickenpox

2. Ito ay impeksyon sa baga kung saan nagkakaroon ito ng malubhang pamamaga na dala ng virus, bacteria, fungus at mikrobyo.

A. beke B. pedicolusis C. pulmonya D. tigdas

Si Liza ay nagkaroon ng mga sugat at pantal o butlig sa kanyang mga kamay, paa, at bibig. Bukod sa mga ito, nakakaranas din siya ng lagnat, pananakit ng lalamunan, hirap sa paglunok at kawalan ng gana sa pagkain.

3. Ano kaya ang karamdaman ni Liza?

A. sore eyes B. HFMD C. tigdas D. pedicolusis

Masama ang pakiramdam ni Benz ng ilang araw. Siya ay may lagnat, ubo, sipon at pamumula ng mata. Nagkaroon din siya ng pamamantal o rashes sa buong katawan.

4. Ano ang karamdaman ni Benz?

A. tigdas B. influenza C. bulate sa tiyan D. pulmonya

5. Paano mo pahahalagahan ang iyong kalusugan?
A. Kumain ng matatabang pagkain at junk foods.
B. Maligo isang beses sa isang lingo.
C. Palaging uminom ng softdrinks.
D. Kumain ng masustansyang pagkain at panatilihin ang kalinisan sa katawan.

Region IX: Zamboanga Peninsula Hymn – Our Eden Land

Here the trees and flowers bloom
Here the breezes gently Blow,
Here the birds sing Merrily,
The liberty forever Stays,

Here the Badjaos roam the seas
Here the Samals live in peace
Here the Tausogs thrive so free
With the Yakans in unity

Gallant men And Ladies fair
Linger with love and care
Golden beams of sunrise and sunset
Are visions you'll never forget
Oh! That's Region IX

Hardworking people Abound,
Every valleys and Dale
Zamboangueños, Tagalogs, Bicolanos,
Cebuanos, Ilocanos, Subanons, Boholanos,
Ilongos,
All of them are proud and true
Region IX our Eden Land

Region IX
Our..
Eden...
Land...

The Footprints Prayer

One night I had a dream. I dreamed that I was walking along the beach with the LORD.

In the beach, there were two (2) sets of footprints – one belong to me and the other to the LORD.

Then, later, after a long walk, I noticed only one set of footprints.

"And I ask the LORD. Why? Why? Why did you leave me when I am sad and helpless?"

And the LORD replied "My son, My son, I have never left you. There was only one (1) set of footprints in the sand, because it was then that I CARRIED YOU!

Trees by Joyce Kilmer

I think that I shall never see
A poem lovely as a tree.

A tree whose hungry mouth is prest
Against the earth's sweet flowing breast;

A tree that looks at God all day,
And lifts her leafy arms to pray;

A tree that may in Summer wear
A nest of robins in her hair;

Upon whose bosom snow has lain;
Who intimately lives with rain.

Poems are made by fools like me,
But only God can make a tree.

Gabay sa Pagwawasto

Subukin:

1. B
2. C
3. A

Balikan:

1. √
2. X
3. √

Gawain: Maaaring magkakaiba ang mga sagot

Gawain 1:

1. beke o mumps
2. pedicolusis
3. HFMD

Gawain 2:

1. Tama
2. Mali
3. Mali

Isaisip: Maaaring magkakaiba ang mga sagot

Isagawa:

1. B
2. **C**
3. **A**

Tayahin:

1. D
2. C
3. B
4. A
5. D

Mga Sanggunian

Cristo, Rizaldy R., *Music, Art, Physical Education and Health 3*, *Teacher's Guide,* 2015: 391-396

Cristo, Rizaldy R., *Music, Art, Physical Education and Health 3, Kagamitan ng Mag-aaral*, 2017:424-426.

Mediko Philippines, 2019, https://mediko.ph/?s=measles , September 15, 2020

Mediko Philippines, 2019, https://mediko.ph/?s=polio , September 15, 2020

Freepik Company S.L., 2010-2020, https://www.freepik.com/free-vector/woman-with-cold-coughing_6572334.htm#page=1&query=COUGHING&position=5 , September 15, 2020

Freepik Company S.L., 2010-2020, *https://www.freepik.com/free-vector/boys-eating-dining-table_7029957.htm#page=1&query=healthy%20child&position=28* , September 15, 2020

Freepik Company S.L., 2010-2020, *https://www.freepik.com/free-vector/kids-large-group-acting-our-varoous-roles_5084246.htm#page=1&query=healthy%20child&position=2* , September 15, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Pulmonya (Pneumonia)"* https://mediko.ph/karamdaman/pulmonya-pneumonia/ , August 17, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Bulutong(Chicken Pox)*" https://mediko.ph/karamdaman/bulutong-chickenpox/ , August 17, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Dengue*" *https://mediko.ph/karamdaman/dengue/* , August 17, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Hand, Foot and Mouth Disease*" https://mediko.ph/karamdaman/hand-foot-and-mouth-disease/ , August 17, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Tigdas (Measles)*" https://mediko.ph/karamdaman/tigdas-measles/ , August 18, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Beke (Mumps)*" https://mediko.ph/karamdaman/beke-mumps/ , August 18, 2020

Mediko Philippines, 2019, "*Bulate sa Tiyan)*" https://mediko.ph/karamdaman/bulate-sa-tiyan/ , August 18, 2020

Mediko Philippines, 2019, https://mediko.ph/paano-malaman-kung-may-kuto-sa-ulo/ , August 18, 2020

Mediko Philippines, 2019, https://mediko.ph/ano-ang-mga-sintomas-ng-sore-eyes/ , August 18, 2020

Iligan City Website Office, 2020, https://www.iligan.gov.ph/staying-cool-hot-season/ , September 15, 2020