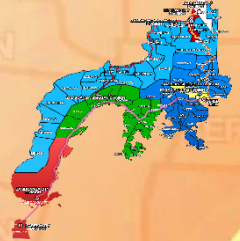




Republic of the Philippines
 Department of Education
 Regional Office IX, Zamboanga Peninsula



4



Zest for Progress
 Zeal of Partnership

HEALTH

Ikatlong Markahan – Modyul 2: GAMOT AY GAMITIN, HUWAG ABUSUHIN



Pangalan ng Mag-aaral: _____

Baitang at Seksyon: _____

Paaralan: _____

- JANUARY
Makugihon
- FEBRUARY
Mahigugmaon
- MARCH
Matinabungan
- APRIL
Matinahuron
- MAY
Maharsag og Matimpye
- JUNE
*Maabtik og Musunod sa
Oskulong Oras*
- JULY
Maunting og Maabilidad
- AUGUST
*Maginhawahanon
para sa Urban*
- SEPTEMBER
Madaginton
- OCTOBER
Matinud-anon
- NOVEMBER
Masaligan
- DECEMBER
Maalampon



Alamin

Hindi sa lahat ng pagkakataon o panahon na tayo ay hindi tatamaan ng mga sakit ngunit ito ay maaaring iwasan sa pamamagitan ng pag-inom ng mga bitamina. Ang pag-inom ng mga bitamina at iba pang uri ng gamot ay dapat may wastong gabay.

Madalas nating naririnig kung tayo ay ang payong “uminom ka ng gamot!” kapag meron tayong sipon, ubo, o kahit ano mang sakit o kaya naman tayo mismo ang nagbibigay ng ganoong payo sa iba nating mga kilala. Sa modyul na ito, inaasahan na makamit mo ang mga sumusunod na layunin:

- A. Nailalarawan ang tamang paggamit o pag-inom ng gamot. **H4S-III~~fg~~-5**
- B. Naipapaliwanag ang importansya sa pagbabasa ng mga impormasyon, libel at iba pang mga tamang paggamit sa pag-inom ng gamot. **H4S-III~~ij~~-6**



Subukin

Panuto: Basahin ng mabuti ang mga sumusunod na pangungusap at lagyan ng tsek (/) ang patlang bago ang numero sa mga maaaring epekto ng maling paggamit o pag-inom ng gamot.

- _____ 1. Pagkalason
- _____ 2. Paglakas ng *Immune System*
- _____ 3. Pagkabingi
- _____ 4. Pagsusuka
- _____ 5. Pagbuti ng pakiramdam



Balikan

Panuto: Gumawa ng slogan batay sa tema.

Tema:

Laging Ligtas: Pag-iwas sa Panganib ng Pag-abuso at Maling Paggamit ng Gamot.



Tuklasin

Panuto: Isulat sa organizer ang pagkakatulad at pagkakaiba ng gamot na may reseta at gamot na walang reseta.

Gamot na may reseta

Gamot na walang reseta

Pagkakatulad

- 1.
- 2.

Pagkakaiba

Gamot na may reseta

Gamot na walang reseta

1.

1.

2.

2.

3.

3.



Suriin

Panuto: Tukuyin kung tama o mali ang nilalaman ng mga pahayag. Isulat sa patlang ang salitang TAMA kung wasto ang nilalaman ng pangungusap at MALI kung hindi ito wasto.

_____ 1. Ang pamamaga ng labi, mukha, at dila ay sanhi ng sobrang pag-inom ng gamot.

_____ 2. Ang pagkakaroon ng malusog na pangangatawan ay epektong sobrang paggamit ng gamot.

_____ 3. Nakabubuti sa mga bata ang pag-inom ng gamot kahit hindi kumukunsulta sa doktor.



Pagyamanin

Panuto: Basahing mabuti ang mga pangungusap at lagyan ng Oo sa patlang kung ang pangungusap ay sumasang-ayon at Hindi kung ito ay hindi sumasang-ayon.

_____ 1. Nagpapakonsulta ba ako sa doktor bago uminom ng gamot?

_____ 2. Sinusuri ko ba ang nakasulat sa pakete nggamot?

_____ 3. Hindi ko na susuruin ang mga nakasaad sa preskripsyon ng doktor?

_____ 4. Umiinom ba ako ng gamot na may gabay ng magulang o nakatatanda?

_____ 5. Ang *expiration date* ng isang gamot ay hindi mahalaga.



Isaisip

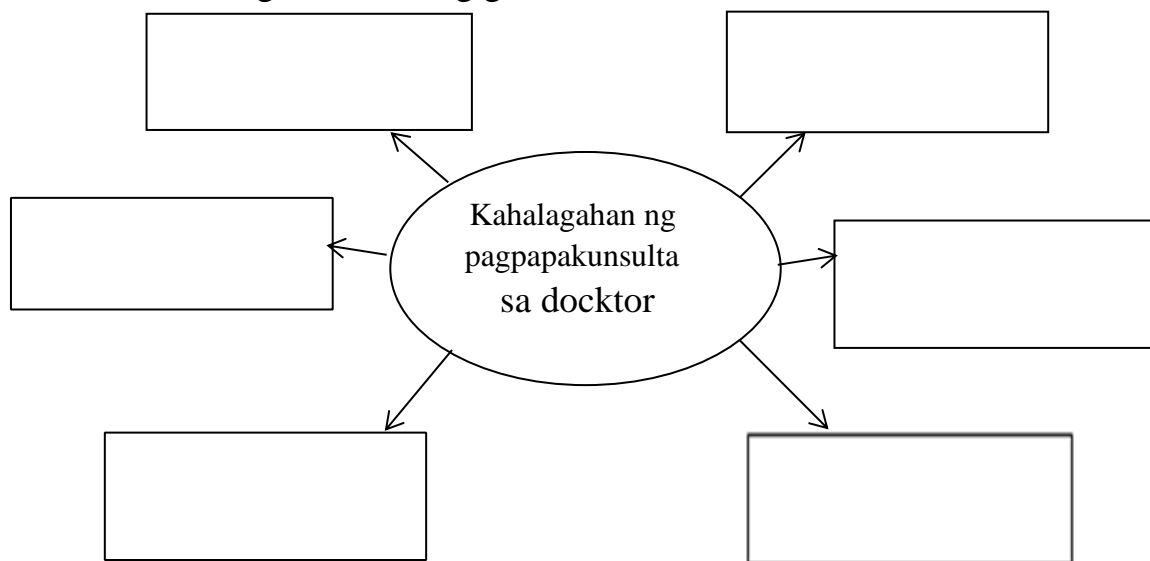
Panuto: Punan ang patlang upang makabuo ng makabuluhang pangungusap.

1. Uminom ng gamot na may gabay ng magulang upang _____
2. Dapat suriing mabuti ang nakasulat sa pakete ng gamot upang _____
3. Komunsulta sa doktor bago uminom ng gamot upang _____
4. Sundin ang mga panutong nakasaad sa preskripsyong pangmediko upang _____
5. Uminom ng gamot sa itinakdang oras upang _____



Isagawa

Panuto: Punan ang mga kahon ng kahalagahan ng pagpapakonsulta sa doktor bago uminom ng gamot.





Tayahin

Panuto: Piliin sa kahon ang angkop na salitang bubuo sa diwa ng sumusunod na pangungusap at isulat ang sagot sa nakalaang patlang.

nakasulat	bisa
doktor	preskripsiyon
kaibigan	mapagkakatiwalaang

1. Komonsulta sa _____ bago iminom ng gamot.
2. Bumili ng gamot sa _____ botika.
3. Suriin kung kailan mawawalan ng _____ ang gamot.
4. Sundin ang _____ na ibinigay ng doktor.
5. Basahin at suriing mabuti ang _____ sa pakete.



Karagdagan Gawain

Ipaliwanag ang maaaring mangyari kapag uminom ka ng maling gamot o mali ang paggamit o pag-inom mo nito.



Susi sa Pagwawasto

Subukin

1. /
2. X
3. /
4. /
5. X

Balikan

Ang mga sagot ay maaaring magkakaiba

Posibleng Sagot: Ito ay maaaring makasira sa ating kalusugan/katawan, pwedeng malison at magiging sanhi ng pagkamatay ng taong may sakit.

Tuklasin

Posibleng sagot: ito ay maaaring maging sanhi ng pagsusuka, pagkalason at pagkamatay ng isang tao.

Suriin

1. TAMA
2. MALI
3. MALI

Pagyamanin

1. Oo
2. Oo
3. Mali
4. Oo
5. Mali

Isaisip

Posibleng sagot: 1. maiwasan ang pag-inom ng maling gamot.

2. mainom ang gamot ng tama
3. makainom ng gamot na tugma o naaayon sa sakit
4. gumaling ang may sakit
5. gumaling sa pagkaksakit

Isagawa

1. Makainon ng tamang gamot na akma sa sakit
2. Para maiwasan ang pagkalason
3. Para malaman ng doktor kung may iba ka pang sakit
4. Makakuha ng tamang preskripsiyon ng gamot
5. Upang gumaling ang taong may sakit
6. Kasi ang doktor ang mas nakakaalam kung ano ang sakit ng isang taong may karamdaman sa pangangatawan

Tayahin

1. doktor
2. makapagkakatiwalang
3. bisa
4. preskripsiyon
5. nakasulat

Karagdagang Gawain

Upang maiwasan ang pagkahilo, pagkalason at pagkamatay ng taong may sakit.



Sanggunian

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Rhonna S. Sebastian and Antonette S. Remulta **Editor:** Hadija U. Hamad **Tagasuri:** Naser P. Elang, Ed.D **Tagaguhit:** Antonette S. Remulta **Tagalapat:** Rhonna S. Sebastian

Tagapamahala: Juliето H. Fernandez, Ed. D., CESO VI
SDS-Isabela City
Maria Laarni T. Villanueva, Ed. D., CESE
ASDS-Isabela City
Henry R. Tura, CID Chief
Elsa A. Usman, EPS, LR Supervisor
Jani P. Ismael, EPS-MAPEH, Module Coordinator

Sanggunian

Musika at Sining-Ikaapat na Baitang Patnubay ng Guro pah. 104-133 at
Kagamitan ng mag-aaral pah. 78-103

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Hangeline H. Dundain

Editor: Shiela V. Lamuna

Tagasuri: Elsa A. Usman

Tagaguhit: Marilou S.J. Balber

Tagalapat: Hangeline H. Dundain

Tagapamahala: Julieta H. Fernandez, Ed. D., CESO VI

SDS-Isabela City

Maria Laarni T. Villanueva, Ed. D., CESE

ASDS-Isabela City

Henry R. Tura, CID Chief

Elsa A. Usman, EPS, LR Supervisor

Jani P. Ismael, EPS-MAPEH, Module Coordinator

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...