

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA  
PROGRAM PERKHIDMATAN FARMASI

# GARIS PANDUAN PELAKSANAAN PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE (PICC)

KPI Dimensi Daya Saing Agensi 2024



MOH/S/FAR/117.24(GU)-e  
No. Rujukan: A-GU-103/2

**GARIS PANDUAN PELAKSANAAN  
PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE  
(PICC)**

**Edisi Keempat 2024**

Terbitan:

Bahagian Amalan dan Perkembangan Farmasi  
Program Perkhidmatan Farmasi  
Kementerian Kesihatan Malaysia  
Lot 36, Jalan Prof Diraja Ungku Aziz,  
46200, Petaling Jaya,  
Selangor, Malaysia

Tel: 603-78413200

Laman Web : [www.pharmacy.gov.my](http://www.pharmacy.gov.my)

## **GARIS PANDUAN PELAKSANAAN PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE**

### **1.0 PENGENALAN**

Pharmacy Integrated Community Care (PICC) merupakan inisiatif yang diperkenalkan oleh Bahagian Perkhidmatan Farmasi, Jabatan Kesihatan Negeri Terengganu bagi mengoptimumkan rawatan diabetes pesakit di komuniti. Mulai tahun 2020, inisiatif ini telah ditambah baik dan diperluaskan ke seluruh negara bagi membolehkan rakyat mendapat manfaat daripada inisiatif ini. PICC merangkumi aktiviti pengurusan ubat-ubatan, amalan gaya hidup sihat dan pengambilan diet yang seimbang. PICC dilaksanakan melalui kolaborasi pakar perubatan keluarga, pegawai perubatan, pegawai farmasi, pegawai dietetik, pegawai sains pemakanan, jururawat, penolong pegawai perubatan, ahli fisioterapi serta wakil komuniti (contoh: MyCHAMPION (Duta Kenali Ubat Anda / Pasukan Sukarelawan KOSPEN)).

### **2.0 OBJEKTIF**

- i. Mewujudkan kumpulan sokongan yang membantu meningkatkan motivasi pesakit dalam mengawal diabetes.
- ii. Mengenali dan memahami penyakit diabetes, pengurusan ubat dan komplikasi diabetes bagi memastikan pesakit mendapat hasil rawatan yang optimum.
- iii. Memberi pendedahan tentang pemakanan dan cara hidup sihat kepada pesakit diabetes.

### **3.0 SKOP**

PICC melibatkan aktiviti dalam kumpulan yang dijalankan di dalam komuniti mengikut modul yang berstruktur, komprehensif dan standard. PICC merupakan program berkonsepkan “tuisyen diabetes” dalam komuniti bagi mengoptimumkan rawatan pesakit diabetes.

#### 4.0 KRITERIA PEMILIHAN

Peserta PICC terdiri daripada pesakit diabetes di peringkat komuniti. Pemilihan peserta dibuat berdasarkan rujukan Pakar Perubatan Keluarga, pegawai perubatan atau pegawai NCD mengikut penilaian HbA<sub>1c</sub> pesakit diabetes. Peserta perlu bersetuju untuk melengkapkan kesemua modul dan sesi PICC.

#### 5.0 KRITERIA INKLUSI

Pesakit diabetes terpilih yang mempunyai HbA<sub>1c</sub> tidak terkawal (HbA<sub>1c</sub> ≥ 7%).

#### 6.0 KRITERIA EKSKLUSI

- a. Pesakit yang tidak melengkapkan sekurang-kurangnya 3 sesi modul PICC.
- b. Pesakit yang mempunyai penyakit mental tidak terkawal.
- c. Pesakit yang telah menyertai *Diabetes Medication Therapy Adherence Clinic* (DMTAC).

#### 7.0 TERMA RUJUKAN

Jawatan	Tugas
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Farmasi) & Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Kesihatan Awam)	<ol style="list-style-type: none"> <li>i. Menjadi penasihat kepada pasukan PICC di peringkat negeri.</li> <li>ii. Membantu pelaksanaan PICC di fasiliti dari segi pentadbiran, tenaga kerja dan peruntukan.</li> <li>iii. Memantau pencapaian pelaksanaan PICC yang telah dijalankan.</li> </ol>
Pakar Perubatan Keluarga dan Pegawai Perubatan di daerah	<ol style="list-style-type: none"> <li>i. Menjalankan pemantauan rawatan pesakit diabetes yang direkrut masuk program PICC di peringkat klinik atau fasiliti</li> <li>ii. Merujuk pesakit diabetes yang layak ke program PICC.</li> <li>iii. Memberi kebenaran dan pelepasan kepada ahli pasukan PICC untuk menjalankan PICC mengikut tarikh yang dirancang.</li> </ol>
Pegawai Kesihatan Daerah, Pegawai NCD & Pegawai Farmasi Kesihatan (PFK) Daerah	<ol style="list-style-type: none"> <li>i. Memantau pasukan PICC di peringkat daerah atau fasiliti.</li> <li>ii. Memberi kebenaran dan pelepasan kepada ahli pasukan PICC untuk menjalankan PICC mengikut tarikh yang dirancang.</li> <li>iii. Menyemak dan meluluskan permohonan perbelanjaan untuk menjalankan PICC.</li> </ol>

Jawatan	Tugas
	iv. Memantau kelancaran pelaksanaan setiap sesi PICC. v. Pemilihan ahli pasukan PICC
Pasukan NCD Daerah, Pegawai Farmasi Kesihatan (PFK) Daerah	i. Menentukan lokaliti pelaksanaan program PICC. Ini bergantung kepada peratus jumlah pesakit diabetes tidak terkawal di sesebuah daerah.
Pegawai Farmasi Perhubungan Negeri – Penggunaan Ubat Berkualiti	i. Menjalankan Libat Urus Program PICC bagi Pakar Perubatan Keluarga, Pegawai Perubatan, Pegawai NCD dan ahli pasukan PICC lokaliti yang terlibat. ii. Menyediakan takwim Program PICC dengan persetujuan pihak NCD serta klinik kesihatan yang merujuk.
Ahli pasukan PICC Terdiri daripada: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pakar Perubatan Keluarga</li> <li>● Pegawai Perubatan</li> <li>● Pegawai NCD</li> <li>● Pegawai Farmasi</li> <li>● Pegawai Dietetik</li> <li>● Ahli fisioterapi</li> <li>● Penolong Pegawai Perubatan</li> <li>● Jururawat</li> <li>● Penolong Pegawai Farmasi</li> <li>● MYCHAMPION:Duta Kenali Ubat Anda</li> <li>● MyCHAMPION: Pasukan Sukarelawan KOSPEN</li> <li>● Lain-lain ahli yang berkaitan</li> </ul>	i. Memilih tarikh yang bersesuaian untuk menjalankan PICC. ii. Mencari lokasi yang sesuai dan kondusif untuk menjalankan PICC (pegawai farmasi). iii. Merancang keperluan dan perbelanjaan untuk menjalankan PICC (pegawai farmasi). iv. Menjalankan setiap sesi PICC berpandukan Garis panduan Pelaksanaan PICC. v. Melengkapkan dokumen <i>progress</i> dan intervensi pesakit (sekiranya ada). vi. Membentangkan pencapaian pelaksanaan PICC kepada Pengarah Kesihatan Negeri, TPKN (KA) & TPKN(F).
Pakar Perubatan Keluarga, Pegawai Perubatan, Pegawai NCD	i. Mengenal pasti dan merujuk pesakit diabetes yang menepati kriteria sebagai peserta PICC. ( $HbA_{1c} \geq 7\%$ ). Pesakit yang dirujuk mesti mempunyai maklumat paras $HbA_{1c}$ terkini dan data tersebut boleh diambil sebagai pre $HbA_{1c}$ .

Jawatan	Tugas
	ii. Memohon ujian HbA <sub>1c</sub> (Post HbA <sub>1c</sub> ) bagi peserta yang telah selesai menghadiri sesi ke-4 P ICC. iii. Memastikan ujian HbA <sub>1c</sub> (Post HbA <sub>1c</sub> ) yang dipesan dilaksanakan dalam tempoh 6 bulan selepas sesi pertama P ICC dilaksanakan.
Pakar Perubatan Keluarga, Pegawai NCD, Doktor (Awam / Swasta)	i. Menyampaikan Modul Komplikasi Penyakit Diabetes.
Pegawai Farmasi	i. Memastikan pesakit yang dirujuk mempunyai maklumat paras pre HbA <sub>1c</sub> . ii. Melaporkan sesi dan maklumat klinikal peserta P ICC. Pautan borang boleh didapati pada laman web <i>Integrated Data Quality Use of Medicines</i> (IDQUMC). iii. Menyampaikan Modul Pengenalan Kepada Diabetes dan Modul Pengambilan Ubat Antidiabetes.
Pegawai Dietetik & Ahli Fisioterapi (Awam / Swasta)	i. Menyampaikan Modul Amalan Gaya Hidup Sihat
Penolong Pegawai Perubatan, Jururawat, Penolong Pegawai Farmasi & Wakil Komuniti (MyCHAMPION: DKUA / MyCHAMPION: KOSPEN) dan lain-lain ahli yang berkaitan termasuk daripada sektor awam / swasta	i. Menjalankan pemeriksaan kesihatan asas kepada peserta. ii. Menjalankan peranan sebagai fasilitator dalam setiap sesi P ICC.
MyCHAMPION: Duta Kenali Ubat Anda (DKUA)	i. Membantu ahli pasukan P ICC mencari lokasi yang bersesuaian dalam komuniti untuk dijadikan lokasi P ICC dijalankan. ii. Membantu ahli pasukan P ICC sebagai pemudahcara dengan peserta sewaktu program dilaksanakan.
MyCHAMPION: Pasukan KOSPEN	i. Membantu melaksanakan pemeriksaan kesihatan asas (paras gula, tekanan darah, berat badan dan lain-lain yang berkaitan) kepada peserta P ICC dan komuniti. ii. Membantu melaksanakan aktiviti gaya hidup sihat seperti aktiviti fizikal, minda sihat dan pemakanan sihat.

## 8.0 KEPERLUAN SEMASA PICC (DISEDIAKAN OLEH PEGAWAI FARMASI)

### a. Kit Fasilitator PICC :

- i. Borang Persetujuan Menjadi Peserta PICC (Lampiran PICC 3)
- ii. Kit *Visualisation in Participatory Programme* (VIPP)
- iii. Skrip VIPP
- iv. Buku Rekod Maklumat Peserta PICC
- v. Album atau sampel ubat (sekiranya ada)
- vi. *Tablet counting tray*
- vii. Spatula
- viii. Alat bantu mengajar (carta selak, Meditips, risalah)
- ix. Kertas mahjong
- x. Pita pelekat (*masking tape*)
- xi. Pen *marker*
- xii. Sijil penyertaan peserta (untuk sesi keempat)

### b. Kit Peserta PICC :

- i. Buku Aktiviti PICC
- ii. Buku Rekod Maklumat Peserta PICC

Kedua-dua buku disimpan oleh Pegawai Farmasi setelah tamat setiap sesi.

### c. Kit Pemeriksaan Kesihatan Asas PICC

- i. *Disposable gloves*
- ii. *Disposable face mask*
- iii. *Hand sanitizer*
- iv. *Alcohol swab* dan *lancet*
- v. Alat pengukur tekanan darah
- vi. *Glucometer*
- vii. *Weighing scale*
- viii. *Blood sampling kit* untuk ujian HbA<sub>1c</sub> (jika berkenaan)

## 9.0 PROSES KERJA

Rujuk Lampiran PICC 1.

### 9.1 Pemilihan Lokaliti dan Peserta

- i. Setelah penentuan lokaliti dibuat oleh pihak NCD daerah, pemilihan peserta dilakukan berdasarkan rujukan Pakar Perubatan Keluarga atau pegawai perubatan dan pegawai NCD mengikut penilaian HbA<sub>1c</sub> pesakit diabetes.
- ii. Peserta perlu bersetuju untuk melengkapkan kesemua modul dan sesi PICC serta mengisi Borang Persetujuan Menjadi Peserta PICC (Rujuk Lampiran PICC 3).

### 9.2 Pemilihan Lokasi

- i. Pemilihan lokasi PICC dibuat di lokaliti yang dipilih. Klinik kesihatan yang merujuk perlu memilih dan memantau peserta PICC tersebut.
- ii. Jarak lokasi PICC dari klinik kesihatan yang dirujuk adalah dalam lingkungan 25 km.
- iii. Lokasi yang sesuai termasuklah dewan serbaguna, pusat komuniti setempat, balai raya, tempat ibadat dan sebagainya.
- iv. Ahli pasukan perlu mendapatkan kebenaran daripada pihak berkaitan untuk menjalankan PICC di lokasi yang dipilih.

### 9.3 Persiapan Sebelum Menjalankan PICC

- i. Ahli pasukan PICC perlu menentukan tarikh yang sesuai untuk menjalankan PICC.
- ii. Peserta yang telah dikenal pasti dan bersetuju untuk menyertai program perlu dihubungi sebagai peringatan untuk hadir ke sesi PICC.
- iii. Kit-kit yang berkaitan PICC perlu disediakan oleh ahli pasukan PICC.
- iv. Ahli pasukan perlu mendapatkan senarai peserta serta bacaan paras HbA<sub>1c</sub> sedia ada yang terkini (maklumat ini akan direkodkan pada borang pelaporan untuk pengumpulan data sesi 1 sebagai data pre HbA<sub>1c</sub>).



- v. Ahli pasukan PICC perlu mengisi Borang Kebenaran Keluar untuk Menjalankan Program PICC (rujuk Lampiran PICC 2) bagi mendapatkan kebenaran daripada Pegawai Kesihatan Daerah atau pegawai atasan.
- vi. Ahli pasukan PICC perlu membuat persediaan yang mencukupi bagi setiap modul yang akan dibincangkan semasa sesi PICC.
- vii. Ahli pasukan mengingatkan peserta supaya membawa ubat masing - masing pada setiap sesi.

#### 9.4 Semasa Menjalankan PICC

- i. Lengkapkan Borang Persetujuan Menjadi Peserta PICC (rujuk Lampiran PICC 3) sekiranya belum mendapatkannya.
- ii. Jalankan pemeriksaan kesihatan asas ke atas peserta PICC. Pemeriksaan kesihatan asas akan dilaksanakan oleh pegawai perubatan, pegawai farmasi, penolong pegawai perubatan, penolong pegawai farmasi atau wakil komuniti iaitu MyCHAMPION: Duta KUA/ pasukan sukarelawan KOSPEN.
- iii. Ahli pasukan perlu merekodkan data demografi dan sejarah pengubatan peserta di dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC.
- iv. Ahli pasukan menjalankan aktiviti berpandukan Skrip VIPP PICC (rujuk Lampiran PICC 4).
- v. Penerangan berkaitan modul boleh dilakukan oleh ahli pasukan dengan menggunakan slaid atau carta selak (*flipchart*).
- vi. Ahli pasukan diharapkan dapat memberi penerangan yang komprehensif dan menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh peserta.
- vii. Buku Aktiviti PICC digunakan oleh peserta semasa penerangan diberikan oleh ahli pasukan.
- viii. Peserta perlu melengkapkan Medkuiz pada Buku Aktiviti PICC sebelum dan selepas penerangan setiap modul (pre dan post).
- ix. Sekiranya terdapat isu kesihatan, masalah pengambilan ubat-ubatan atau ketidakpatuhan kepada rawatan, ahli pasukan perlu membuat intervensi yang bersesuaian dengan merujuk pesakit yang

bermasalah ke klinik kesihatan bagi tujuan pemeriksaan lanjut oleh pegawai perubatan atau kaunseling susulan oleh pegawai farmasi.

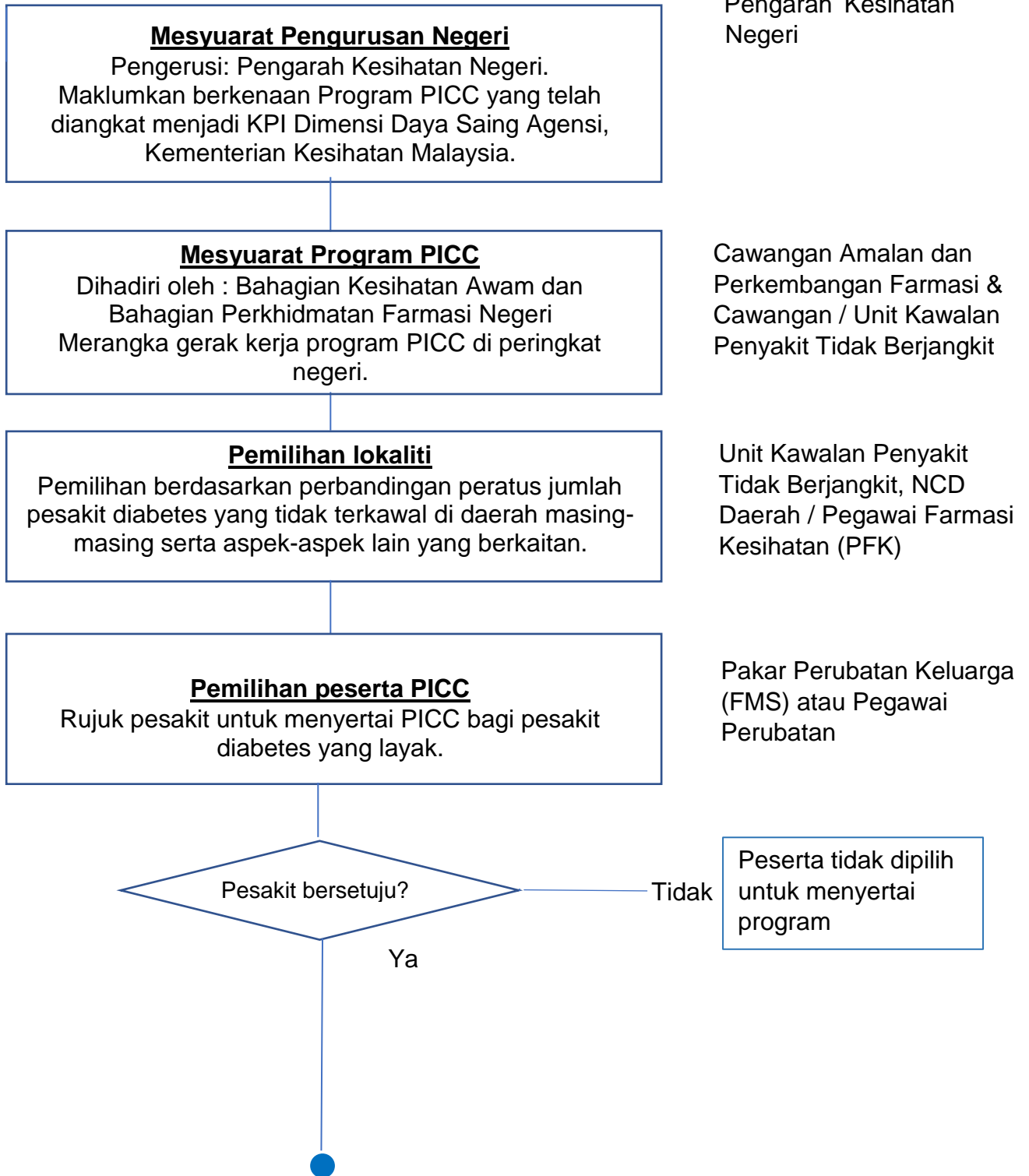
- x. Rujukan dilakukan dengan melengkapkan borang CP4 dalam dua salinan, iaitu satu salinan dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC (untuk simpanan unit farmasi) dan satu salinan lagi diberikan kepada peserta untuk dibawa ke klinik kesihatan bagi tindakan selanjutnya.
- xi. Buku Rekod Maklumat Peserta PICC dan Buku Aktiviti PICC dikumpulkan semula dan disimpan oleh pihak farmasi.

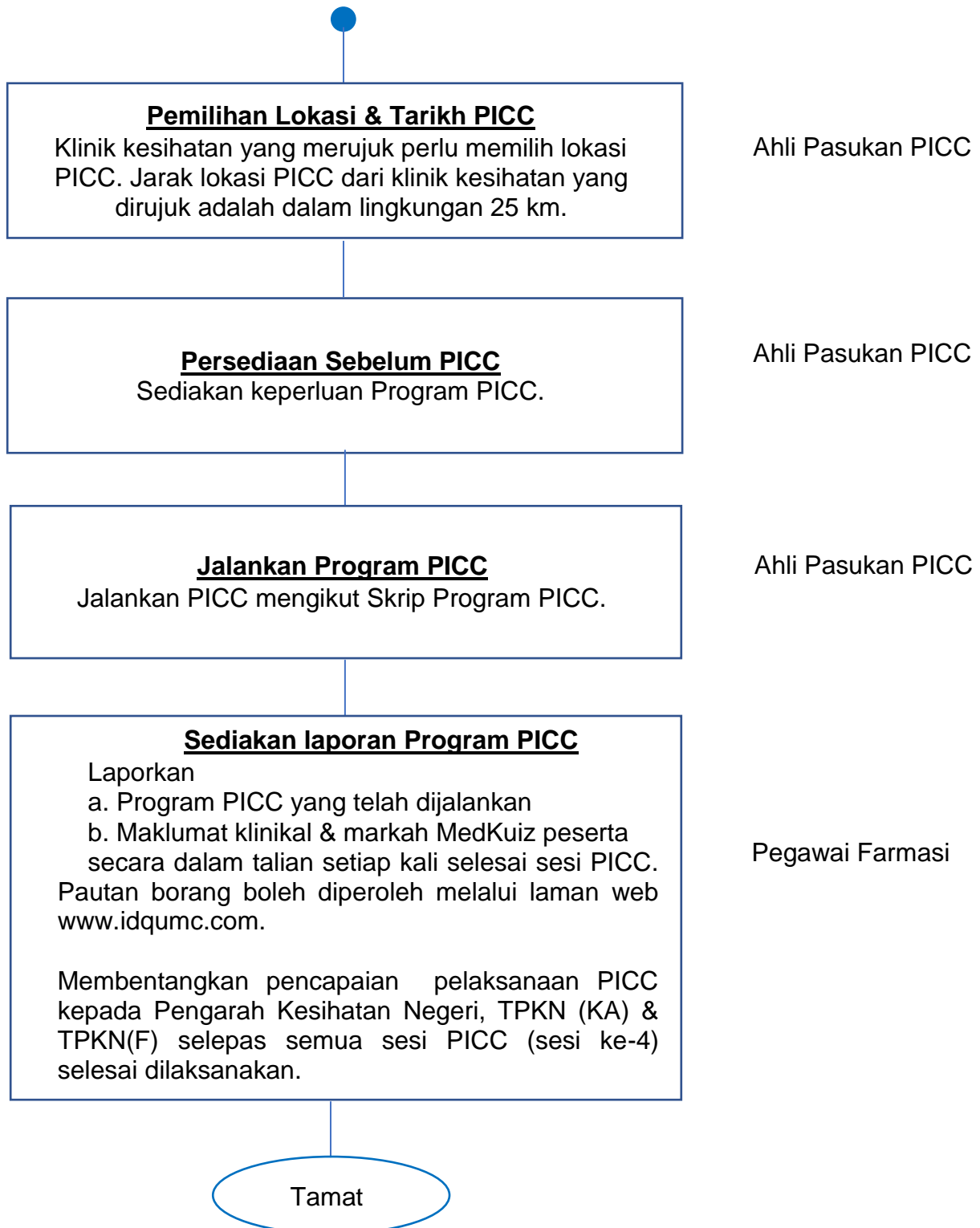
#### 9.5 Selepas Menjalankan PICC

- i. Ahli pasukan perlu melengkapkan semua dokumen yang berkaitan dan difailkan secara sistematik untuk tujuan rujukan dan laporan.
- ii. Ahli pasukan perlu melaporkan:
  - a) Program PICC yang telah dijalankan
  - b) Maklumat klinikal & markah MedKuiz peserta secara dalam talian setiap kali selesai sesi PICC. Pautan borang boleh diperoleh melalui laman web [www.idqumc.com](http://www.idqumc.com).
- iii. Jarak masa bagi setiap sesi PICC perlu dijalankan sekurang-kurangnya 1 bulan.
- iii. Peserta perlu hadir sekurang-kurangnya tiga daripada empat sesi PICC.
- iv. Bacaan post HbA<sub>1c</sub> mesti diperoleh pada sesi PICC ke-4 atau dalam tempoh 6 bulan selepas sesi pertama PICC dilaksanakan.
- v. Sekiranya perlu, lawatan ke rumah (*Home Medication Review, HMR*) boleh diadakan selepas sesi keempat PICC bagi memantau pengurusan ubat di rumah peserta.
- xii. Laporan lawatan ke rumah adalah mengikut pelaporan HMR.

**Lampiran PICC 1**

**CARTA ALIR PROSES KERJA PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE (PICC)**





*Nota: Ahli pasukan boleh terdiri daripada Pakar Perubatan Keluarga (FMS), Pegawai Perubatan, Pegawai NCD, Pegawai Farmasi Kesihatan, Pegawai Farmasi, Pegawai Dietetik, Ahli Fisioterapi, Penolong Pegawai Farmasi, Penolong Pegawai Perubatan, Jururawat, dan wakil komuniti seperti MyCHAMPION (Duta Kenali Ubat Anda / Pasukan sukarelawan KOSPEN) dan lain-lain ahli yang berkaitan.*

**Lampiran PICC 2**

**KEBENARAN KELUAR UNTUK MENJALANKAN  
PROGRAM PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE (PICC)**

Sukacita dimaklumkan bahawa pegawai ini :

Encik / Cik / Puan : \_\_\_\_\_

No. Kad Pengenalan : \_\_\_\_\_

Adalah anggota Klinik Kesihatan \_\_\_\_\_

yang telah diberi kebenaran bagi menjalankan program Pharmacy Integrated  
Community Care (PICC) pada tahun \_\_\_\_\_.

Sekian, terima kasih.

Saya yang menjalankan amanah,

\_\_\_\_\_  
Nama :

Ketua Jabatan / Unit :

## Lampiran PICC 3

**BORANG PERSETUJUAN MENJADI PESERTA  
PROGRAM PHARMACY INTEGRATED COMMUNITY CARE (PICC)**

Saya \_\_\_\_\_ (*nama seperti kad pengenalan*) bernombor kad pengenalan \_\_\_\_\_ bersetuju untuk mengikuti Program Pharmacy Integrated Community Care (PICC). Saya bersetuju untuk memberi kerjasama sepenuhnya kepada petugas kesihatan Klinik Kesihatan \_\_\_\_\_ . Saya telah diberi penerangan berkaitan program ini dan faham penjelasan yang telah diberikan. Saya juga membenarkan Pegawai yang terlibat mengadakan sesi temu bual dan mengambil gambar sepanjang program (sekiranya perlu) untuk digunakan bagi tujuan pendidikan dan kesedaran pengguna. Saya juga bersetuju untuk melengkapkan kesemua modul dan sesi PICC.

Tandatangan :

..... atau .....

Nama Peserta: ..... Nama Penjaga: .....

No. KP: ..... No. KP: .....

Tarikh: ..... Tarikh: .....

Pegawai yang Bertanggungjawab :

.....

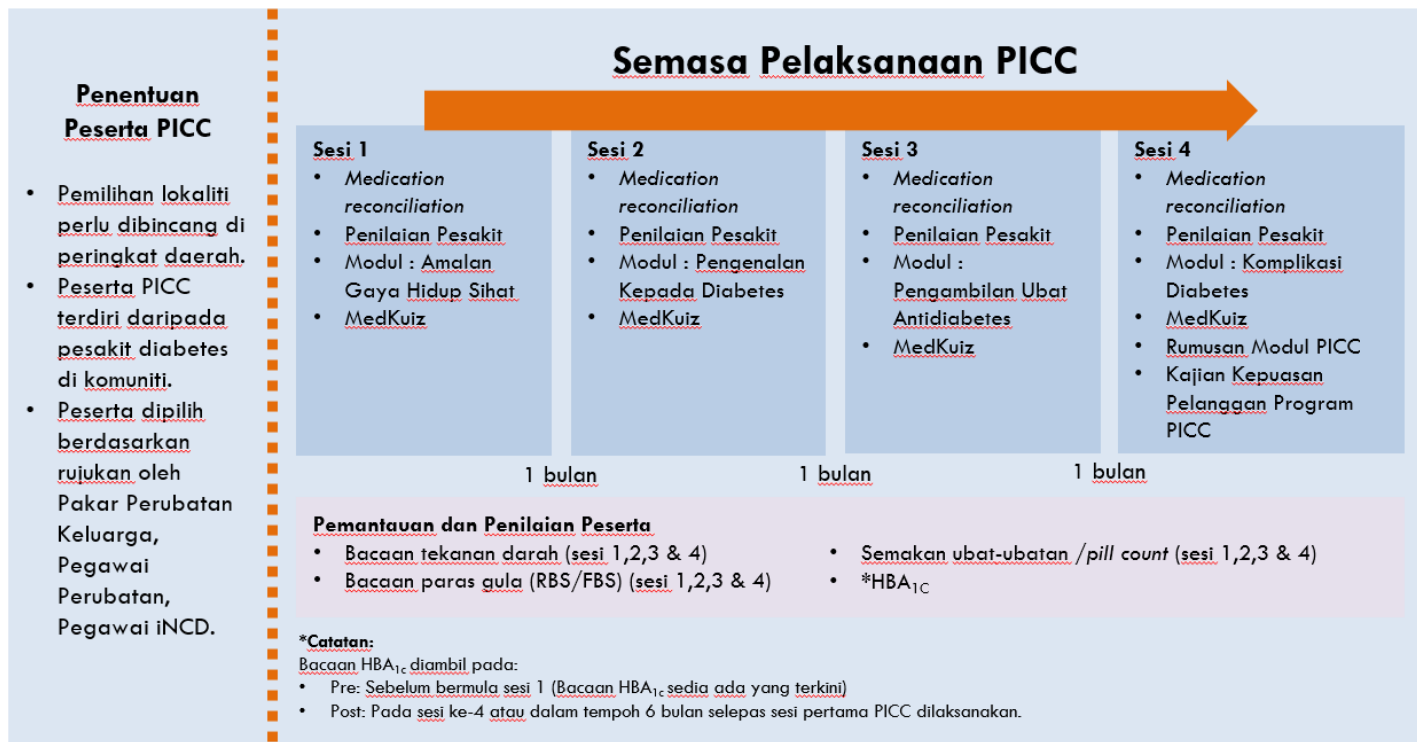
Nama :

Cap Jawatan :

Tarikh :

*(Borang diisi dua salinan : asal – disimpan oleh Pegawai Farmasi, salinan – diserahkan kepada peserta; borang ini perlu diisi sebelum peserta menyertai PICC sahaja)*

## Lampiran PICC 4



Pasukan PICC terdiri daripada:

- FMS
- Pegawai Perubatan
- Pegawai NCD
- Pegawai Farmasi Kesihatan
- Pegawai Farmasi
- Pegawai Dietetik
- Ahli Fisioterapi
- Penolong Pegawai Farmasi
- Penolong Pegawai Perubatan
- Jururawat
- MyCHAMPION: Duta Kenali Ubat Anda
- MyCHAMPION: Pasukan sukarelawan KOSPEN
- Lain-lain ahli yang berkaitan

**SESI 1****MODUL: AMALAN GAYA HIDUP SIHAT**

Bilangan peserta: 10 - 15 orang  
 Kumpulan sasaran: Peserta PICC  
 Objektif:

1. Mewujudkan kumpulan sokongan yang membantu meningkatkan motivasi pesakit dalam mengawal diabetes.
2. Memberi pendedahan tentang pemakanan seimbang dan gaya hidup sihat pesakit diabetes.

**Sebelum sesi 1: Ahli pasukan mengingatkan peserta supaya membawa ubat masing – masing pada setiap sesi.**

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
30 minit	Pemantauan impak klinikal	Pemeriksaan kesihatan asas	Individu	Pasukan perubatan	Kit pemeriksaan kesihatan asas	<p>Pasukan PICC akan menjalankan pemeriksaan kesihatan asas yang berikut dan rekod bacaan ke dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Body Mass Index</i> (BMI)</li> <li>• Paras gula dalam darah (<i>fasting blood sugar</i> dan HbA<sub>1c</sub>) - fasilitator perlu memastikan paras pre HbA<sub>1c</sub> telah diperoleh sebelum menghadiri sesi pertama PICC. Sekiranya tiada, dapatkan daripada buku rekod kesihatan pesakit.</li> <li>• Paras tekanan darah</li> </ul>
	<i>Medication reconciliation</i>	Penilaian ubat-ubatan pesakit	Individu	Pegawai Farmasi	Bekas penyimpanan ubat (sekiranya perlu)	<p>Proses penghasilan senarai lengkap ubat-ubatan terkini yang diambil oleh pesakit termasuk nama ubat, dos, kekerapan, dan cara pengambilan ubat. Perbandingan turut dilakukan berdasarkan senarai tersebut di semua peringkat termasuk kemasukan, pemindahan dan/atau pesanan discaj ke fasilititi</p>



Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
						kesihatan bagi mengelakkan kesilapan pengubatan.
10 minit	Taklimat PICC	Ceramah	Plenari	Ketua Sesi	Borang kebenaran	Penerangan tentang PICC
15 minit	<i>Ice breaking</i>	Aktiviti kumpulan	Kumpulan	Ketua Sesi	Kad VIPP untuk <i>name tag</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap peserta diberikan kad VIPP (bulat) untuk peserta menulis nama.</li> <li>• Fasilitator akan memulakan sesi <i>ice breaking</i> dengan mengajukan soalan: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Nama</li> <li>✓ Asal</li> <li>✓ Tinggal dengan siapa (sendiri/ keluarga atau dengan bukan keluarga)</li> <li>✓ Sejarah penyakit diabetes</li> </ul> </li> </ul> <p>(Cadangan ice breaking)</p>

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
20 minit	Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat (pemakanan seimbang)	Ceramah	Plenari	Penceramah jemputan (pegawai sains pemakanan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slaid Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat (pemakanan seimbang)</li> <li>• Alat bantu mengajar (contoh: mangkuk, pinggan atau sudu untuk menyukat kuantiti makanan)</li> <li>• Buku Aktiviti PICC</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitator meminta peserta untuk menjawab soalan MedKuiz untuk Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat. Markah dikira sebagai markah Pre.</li> <li>• Sesi penerangan serta perbincangan dilakukan menggunakan slaid Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat (pemakanan seimbang)</li> <li>• Fasilitator membimbing peserta untuk melengkapkan aktiviti bagi Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat (pemakanan seimbang) dalam Buku Aktiviti PICC.</li> <li>• Demonstrasi ditunjukkan untuk mengukuhkan pemahaman peserta. (sekiranya perlu)</li> </ul>
10 minit	Rehat					
20 minit	Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat	Ceramah	Plenari	Fasilitator/ (Instruktur aerobik) (ahli fisioterapi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slaid Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat</li> <li>• Buku Aktiviti PICC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sesi penerangan serta perbincangan dilakukan menggunakan Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat (slaid)</li> <li>• Fasilitator membimbing peserta untuk melengkapkan aktiviti bagi Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat dalam Buku Aktiviti PICC. Demonstrasi ditunjukkan untuk mengukuhkan pemahaman peserta. (Sekiranya perlu)</li> </ul>
5 minit	Ujian pemahaman peserta	<i>Pop quiz</i>	Individu	Ketua Sesi / Fasilitator	Buku Aktiviti PICC.	Setiap peserta diminta melengkapkan soalan MedKuiz Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat dengan bimbingan fasilitator. (Post Test)
2 minit	Makluman	Makluman	Makluman	Ketua Sesi / Fasilitator		Maklumkan tarikh sesi 2 kepada peserta.

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
5 minit	Perekodan	Perekodan		Fasilitator	Buku Rekod Maklumat Peserta	Fasilitator melaporkan maklumat klinikal peserta daripada Buku Rekod Maklumat Peserta PICC ke borang <i>google sheet Pharmacy Integrated Community Care</i> di laman web IDQUMC.

\* Sebelum peserta beredar, pautan video Youtube Modul: Amalan Gaya Hidup Sihat diberikan kepada peserta sebagai rujukan.

\* Buku Aktiviti PICC dan Buku Rekod Maklumat Peserta PICC disimpan oleh pihak farmasi setiap kali selesai sesi.

**SESI 2****MODUL: PENGENALAN KEPADA DIABETES**

Bilangan peserta: 10 - 15 orang  
Kumpulan sasaran: Peserta PICC

Objektif:

1. Mengenali dan memahami penyakit diabetes, pengurusan ubat dan komplikasi diabetes bagi memastikan pesakit mendapat hasil rawatan yang optimum.
2. Berkongsi maklumat yang dipelajari sesama peserta

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
20 minit	Pemantauan impak klinikal	Pemeriksaan kesihatan asas	Individu	Pasukan perubatan	Kit pemeriksaan kesihatan asas	Pasukan PICC akan menjalankan pemeriksaan kesihatan asas yang berikut dan rekod bacaan ke dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Body Mass Index</i> (BMI)</li> <li>• Paras gula dalam darah (<i>fasting blood sugar/ random blood sugar</i>)</li> <li>• Paras tekanan darah</li> </ul>
	<i>Medication reconciliation</i>	Penilaian ubat-ubatan pesakit	Individu	Pegawai Farmasi	Bekas penyimpanan ubat (sekiranya perlu)	Proses penghasilan senarai lengkap ubat-ubatan terkini yang diambil oleh pesakit termasuk nama ubat, dos, kekerapan, dan cara pengambilan ubat. Perbandingan turut dilakukan berdasarkan senarai tersebut di semua peringkat termasuk kemasukan, pemindahan dan/atau pesanan discaj ke fasiliti kesihatan bagi mengelakkan kesilapan pengubatan.
10 minit	Senam Pagi	Aerobik	Individu	Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muzik</li> <li>• Aerobik</li> </ul>	Setiap peserta akan menyertai senaman.

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
15 minit	<i>Recap</i> bagi sesi 1	Janaan idea	Kumpulan kecil	Ketua Sesi & Fasilitator	Kad VIPP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator mendapatkan maklum balas daripada peserta tentang sesi 1.</li> <li>Fasilitator mengajukan soalan: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bagaimana mengawal diabetes?</li> <li>✓ Apakah itu konsep suku-suku separuh?</li> <li>✓ Namakan kumpulan makanan berkarbohidrat?</li> </ul> </li> <li>Pesakit menulis jawapan pada kad.</li> <li>Kad akan dikumpulkan dan dibuat <i>clustering</i>.</li> <li>Fasilitator akan memberi ulasan berdasarkan jawapan peserta.</li> </ul>
20 minit	Modul: Pengenalan kepada Diabetes	Ceramah	<i>Open discussion</i>	Ketua Sesi / Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Slaid Modul: Pengenalan kepada Diabetes</li> <li>Buku Aktiviti P ICC</li> <li>Alat bantu mengajar yang lain</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator meminta peserta untuk menjawab soalan MedKuiz untuk Modul: Pengenalan kepada Diabetes. Markah dikira sebagai markah Pre.</li> <li>Sesi penerangan serta perbincangan dilakukan oleh fasilitator menggunakan Modul: Pengenalan kepada Diabetes (slaid)</li> <li>Fasilitator membimbing peserta untuk melengkapkan aktiviti bagi Modul: Pengenalan kepada Diabetes dalam Buku Aktiviti P ICC.</li> <li>Fasilitator juga perlu memberi ulasan tentang pemahaman peserta tentang diabetes berdasarkan idea pada kad yang telah dibuat <i>clustering</i>.</li> </ul>
5 minit	Ujian pemahaman peserta	<i>Pop quiz</i>	Individu	Ketua Sesi /Fasilitator	Buku Aktiviti P ICC.	Setiap peserta diminta melengkapkan soalan MedKuiz Modul: Pengenalan kepada Diabetes dengan bimbingan fasilitator. (Post Test)
2 minit	Makluman	Makluman	Makluman	Ketua Sesi /Fasilitator		Maklumkan tarikh sesi 3 kepada peserta.

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
5 minit	Perekodan	Perekodan		Fasilitator	Buku Rekod Maklumat Peserta	Fasilitator melaporkan maklumat klinikal peserta daripada Buku Rekod Maklumat Peserta PICC ke borang <i>google sheet Pharmacy Integrated Community Care</i> di laman web IDQUMC

\* Sebelum peserta beredar, pautan video Youtube Modul: Pengenalan kepada Diabetes diberikan kepada peserta sebagai rujukan.

\* Buku Aktiviti PICC dan Buku Rekod Maklumat Peserta PICC disimpan oleh pihak farmasi setiap kali selesai sesi.

**SESI 3****MODUL: PENGAMBILAN UBAT ANTIDIABETES**

Bilangan peserta: 10 - 15 orang  
Kumpulan sasaran: Peserta PICC

Objektif:

1. Mengenal dan memahami indikasi Ubat Diabetes Mellitus
2. Menjelaskan konsep 5B dalam pengambilan ubat Diabetes Mellitus
3. Berkongsi maklumat yang dipelajari sesama peserta

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
20 minit	Pemantauan impak klinikal	Pemeriksaan kesihatan asas	Individu	Pasukan perubatan	Kit pemeriksaan kesihatan asas	Pasukan PICC akan menjalankan pemeriksaan kesihatan asas yang berikut dan rekod bacaan ke dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Body Mass Index</i> (BMI)</li> <li>• Paras gula dalam darah (<i>fasting blood sugar/ random blood sugar</i>)</li> <li>• Paras tekanan darah</li> </ul>
	<i>Medication reconciliation</i>	Penilaian ubat-ubatan pesakit	Individu	Pegawai Farmasi	Bekas penyimpanan ubat (sekiranya perlu)	Proses penghasilan senarai lengkap ubat-ubatan terkini yang diambil oleh pesakit termasuk nama ubat, dos, kekerapan, dan cara pengambilan ubat. Perbandingan turut dilakukan berdasarkan senarai tersebut di semua peringkat termasuk kemasukan, pemindahan dan/atau pesanan discaj ke fasiliti kesihatan bagi mengelakkan kesilapan pengubatan.

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
15 minit	Recap bagi sesi 2	Janaan idea	Kumpulan kecil	Ketua Sesi & Fasilitator	Kad VIPP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator mendapatkan maklum balas daripada peserta tentang sesi 2. <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fasilitator mengajukan soalan:</li> <li>✓ Bagaimanakah diabetes berlaku?</li> <li>✓ Apakah yang menyebabkan diabetes?</li> <li>✓ Apakah sasaran paras gula untuk pesakit diabetes?</li> </ul> </li> <li>Pesakit menulis jawapan pada kad.</li> <li>Kad akan dikumpulkan dan dibuat <i>clustering</i>.</li> <li>Fasilitator akan memberi ulasan berdasarkan jawapan peserta.</li> </ul>
10 minit	Sesi perkongsian	<i>Brain storming</i>	Kumpulan (4-5 orang/kumpulan)	Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kad VIPP</li> <li>Pen marker</li> <li>Kertas mahjong</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator mengajukan beberapa soalan: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bagaimanakah cara anda mengambil ubat diabetes? (sebelum, semasa atau selepas makan)</li> <li>✓ Di manakah anda menyimpan ubat diabetes?</li> </ul> </li> <li>Jawapan peserta dicatat pada kad VIPP.</li> </ul>
5 minit	Rehat					
5 minit	Pengumpulan idea	<i>Idea clustering</i>	-	Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kertas mahjong</li> <li>Pita pelekat</li> </ul>	Setiap fasilitator menyusun idea ( <i>clustering</i> ) mengikut kategori / masalah
30 minit	Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes	Ceramah	<i>Open discussion</i>	Ketua Sesi / Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Slaid Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes</li> <li>Buku Aktiviti PICC</li> <li>Alat bantu mengajar yang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator meminta peserta untuk menjawab soalan MedKuiz untuk Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes. Markah dikira sebagai markah Pre.</li> <li>Sesi penerangan serta perbincangan dilakukan oleh fasilitator menggunakan Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes (slaid)</li> <li>Fasilitator membimbing peserta untuk</li> </ul>



Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
					lain	melengkapkan aktiviti bagi Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes dalam Buku Aktiviti PICC. <ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitator juga perlu memberi ulasan tentang pemahaman peserta berkaitan pengambilan ubat diabetes berdasarkan idea pada kad VIPP yang telah dibuat <i>clustering</i>.</li> </ul>
2 minit	Makluman	Makluman	Makluman	Ketua Sesi / Fasilitator		Maklumkan tarikh sesi 4 kepada peserta.
5 minit	Ujian pemahaman peserta	<i>Pop quiz</i>	Individu	Ketua Sesi / Fasilitator	Buku Aktiviti PICC.	Setiap peserta diminta melengkapkan soalan MedKuiz Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes dengan bimbingan fasilitator. (Post Test)
5 minit	Perekodan	Perekodan		Fasilitator	Pautan perekodan maklumat peserta	Fasilitator melaporkan maklumat klinikal peserta daripada Buku Rekod Maklumat Peserta PICC ke borang <i>google sheet Pharmacy Integrated Community Care</i> di laman web IDQUMC

\* Sebelum peserta beredar, pautan video Youtube Modul: Pengurusan Ubat Antidiabetes diberikan kepada peserta sebagai rujukan.

\* Buku Aktiviti PICC dan Buku Rekod Maklumat Peserta PICC disimpan oleh pihak farmasi setiap kali selesai sesi.

**SESI 4****MODUL: KOMPLIKASI PENYAKIT DIABETES**

Bilangan peserta: 10 - 15 orang  
Kumpulan sasaran: Peserta PICC

Objektif:

1. Mengenali dan memahami komplikasi penyakit diabetes
2. Cara mencegah dan mengawal komplikasi penyakit diabetes
3. Menjalankan pemeriksaan kesihatan asas kepada peserta
4. Menjalankan *medication reconciliation*
5. Penghargaan kepada peserta

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
20 minit	Pemantauan impak klinikal  <i>Medication reconciliation</i>	Pemeriksaan kesihatan asas  Penilaian ubat-ubatan pesakit	Individu  Individu	Pasukan perubatan  Pegawai Farmasi	Kit pemeriksaan kesihatan asas  Bekas penyimpanan ubat (sekiranya perlu)	Pasukan PICC akan menjalankan pemeriksaan kesihatan asas yang berikut dan rekod bacaan ke dalam Buku Rekod Maklumat Peserta PICC: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Body Mass Index</i> (BMI)</li> <li>• Paras gula dalam darah (<i>fasting blood sugar/ random blood sugar</i> dan HbA<sub>1c</sub>)</li> <li>• Paras tekanan darah</li> </ul> Proses penghasilan senarai lengkap ubat-ubatan terkini yang diambil oleh pesakit termasuk nama ubat, dos, kekerapan, dan cara pengambilan ubat. Perbandingan turut dilakukan berdasarkan senarai tersebut di semua peringkat termasuk kemasukan, pemindahan dan/atau pesanan discaj ke fasiliti kesihatan bagi mengelakkan kesilapan pengubatan.

Masa / Durasi	Aktiviti / Objektif	Kaedah	Bentuk	PIC	Keperluan	Prosedur / Catatan
10 minit	Sesi perkongsian	<i>Brain storming</i>	Kumpulan (4-5 orang/kumpulan)	Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kad</li> <li>• Pen marker</li> <li>• Kertas mahjong</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitator mengajukan beberapa soalan: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mengapakah komplikasi diabetes berlaku?</li> <li>✓ Apakah komplikasi diabetes yang biasa anda lihat pada pesakit diabetes?</li> </ul> </li> <li>• Jawapan peserta dicatat pada kad VIPP.</li> </ul>
5 minit	Rehat					
5 minit	Pengumpulan idea	<i>Idea clustering</i>	-	Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kertas mahjong</li> <li>• Pita pelekat</li> </ul>	Setiap fasilitator menyusun idea ( <i>clustering</i> ) mengikut kategori / masalah
30 minit	Modul: Komplikasi Diabetes	Ceramah	<i>Open discussion</i>	Ketua Sesi / Fasilitator (Cadangan : Pegawai Perubatan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slaid Modul: Komplikasi Diabetes</li> <li>• Buku Aktiviti PICC</li> <li>• Alat bantu mengajar yang lain</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitator meminta peserta untuk menjawab soalan MedKuiz untuk Modul: Komplikasi Diabetes. Markah dikira sebagai markah Pre.</li> <li>• Sesi penerangan serta perbincangan dilakukan oleh fasilitator menggunakan bantuan Modul: Komplikasi Diabetes (slaid)</li> <li>• Fasilitator membimbing peserta untuk melengkapkan aktiviti bagi Modul: Komplikasi Diabetes dalam Buku Aktiviti PICC.</li> <li>• Fasilitator juga perlu memberi ulasan tentang pemahaman</li> </ul>

						peserta berkaitan komplikasi diabetes berdasarkan idea pada kad yang telah dibuat <i>clustering</i> .
5 minit	Maklum balas Program PICC	Kajian kepuasan pelanggan	Individu	Ketua Sesi / Fasilitator	Pautan Kajian Kepuasan Pelanggan PICC	Paparkan video virtual QR code kajian PICC. Setiap peserta diminta melengkapkan kajian kepuasan pelanggan PICC.
15 minit	Sesi penutup		<i>Plenary</i>	Ketua Sesi/ Fasilitator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cenderahati</li> <li>• Sijil penyertaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengingatkan peserta untuk terus menerapkan gaya hidup yang sihat dan patuh kepada rawatan demi mengelak komplikasi penyakit.</li> <li>• Pemberian cenderahati Kenali Ubat Anda dan sijil kepada peserta.</li> </ul>
5 minit	Perekodan	Perekodan		Fasilitator	Buku Rekod Maklumat Peserta PICC	Fasilitator melaporkan maklumat klinikal peserta daripada Buku Rekod Maklumat Peserta PICC ke borang <i>google sheet Pharmacy Integrated Community Care</i> di laman web IDQUMC (selepas bacaan post HbA <sub>1c</sub> diperolehi)

\* Sebelum peserta beredar, pautan video Youtube Modul: Komplikasi Diabetes diberikan kepada peserta sebagai rujukan.

\* Buku Aktiviti PICC dan Buku Rekod Maklumat Peserta PICC disimpan oleh pihak farmasi setiap kali selesai sesi.

## SENARAI SEMAK

Senarai semak ini disediakan untuk memastikan semua maklumat berkaitan diabetes disampaikan kepada peserta PICC. Penerangan bagi setiap subtopik yang disenaraikan boleh didapati daripada slaid modul PICC. Penerangan juga boleh disampaikan dengan bantuan slaid tersebut.

### SENARAI SEMAK UNTUK MODUL: PENGENALAN KEPADA DIABETES

Bil	Topik	Subtopik
1	Apakah diabetes?	<input type="checkbox"/> Definisi diabetes <input type="checkbox"/> Perubahan anatomi dan fisiologi pada sistem endokrin yang menyebabkan diabetes. <input type="checkbox"/> Tanda dan gejala diabetes. <input type="checkbox"/> Terminologi hiperglisemia
2	Bagaimanakah diabetes berlaku?	<input type="checkbox"/> Penerangan tentang glukosa, insulin, sel dan hubung kaitnya.
3	Mengapakah diabetes berlaku?	<input type="checkbox"/> Faktor-faktor yang menyebabkan diabetes.
4	Pemantauan sendiri paras gula ( <i>self monitoring blood glucose, SMBG</i> )	<input type="checkbox"/> Kepentingan melakukan SMBG oleh pesakit diabetes <input type="checkbox"/> Paras gula yang disasarkan ( <i>fasting blood sugar, FBS; random blood sugar, RBS; HbA<sub>1c</sub></i> )

### SENARAI SEMAK UNTUK MODUL: PENGAMBILAN UBAT DIABETES

Bil	Topik	Subtopik
1	Konsep 5B dalam pengambilan ubat diabetes.	<input type="checkbox"/> Terangkan Konsep 5B dan kaitkan setiap aspek "Betul" yang diterangkan dengan pengambilan ubat-ubat diabetes. <input type="checkbox"/> Contoh: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ pengguna yang betul – elak berkongsi ubat diabetes dengan individu lain walaupun menunjukkan simptom diabetes</li> </ul>

2	Rawatan diabetes.	<input type="checkbox"/> Jenis-jenis rawatan diabetes <input type="checkbox"/> Waktu pengambilan ubat-ubat diabetes: antidiabetik oral, insulin <input type="checkbox"/> Jenis-jenis insulin <input type="checkbox"/> Cara pengambilan ubat insulin yang betul, termasuk cara menggunakan pen insulin dan tapak suntikan. <input type="checkbox"/> Penyimpanan ubat-ubat diabetes, terutamanya insulin. <input type="checkbox"/> Terminologi hipoglisemia <input type="checkbox"/> Simptom-simptom hipoglisemia <input type="checkbox"/> Tindakan yang perlu diambil sekiranya mengalami hipoglisemia dan hiperglisemia
---	-------------------	--

### SENARAI SEMAK UNTUK MODUL: KOMPLIKASI DIABETES

Bil	Topik	Subtopik
1	Mengapakah komplikasi diabetes berlaku?	<input type="checkbox"/> Kaitan antara kawalan paras gula dalam darah, pengambilan ubat diabetes yang betul dengan risiko komplikasi diabetes.
2	Apakah komplikasi diabetes?	<input type="checkbox"/> Definisi komplikasi diabetes. <input type="checkbox"/> Jenis-jenis komplikasi diabetes.
3	Faktor risiko yang meningkatkan risiko komplikasi diabetes.	<input type="checkbox"/> Perkara-perkara yang meningkatkan risiko komplikasi diabetes.
4	Implikasi komplikasi diabetes kepada pesakit.	<input type="checkbox"/> Kesan jangka panjang akibat komplikasi diabetes.
5	Bagaimanakah mengurangkan risiko mendapat komplikasi diabetes?	<input type="checkbox"/> Kepentingan kepatuhan kepada rawatan diabetes yang telah dipreskripsikan.

**SENARAI SEMAK UNTUK MODUL: AMALAN GAYA HIDUP SIHAT & AMALAN PEMAKANAN SEIMBANG**

Bil	Topik	Subtopik
1	Kepentingan gaya hidup sihat	<input type="checkbox"/> Peranan <i>nonpharmacological approach</i> dalam mengawal diabetes <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promosikan perkhidmatan klinik berhenti merokok</li> </ul>
2	Senaman untuk pesakit diabetes	<input type="checkbox"/> Kaedah senaman yang sesuai untuk pesakit diabetes
3	Pemakanan seimbang untuk pesakit diet	<input type="checkbox"/> Cara pemakanan yang seimbang dan sesuai untuk pesakit diabetes.

**JAWAPAN BAGI LEMBARAN KERJA****JAWAPAN BAGI MODUL: PENGENALAN KEPADA DIABETES**

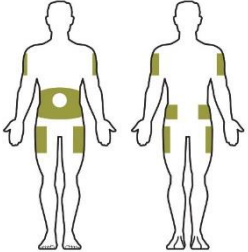
BIL	AKTIVITI	JAWAPAN
1	Aktiviti 1	1. tinggi 2. (i) insulin (ii) sel ; glukosa
2	Aktiviti 3	1. Pengambilan makanan manis secara berlebihan - √ 2. Keturunan - √ 3. Menghidapi diabetes semasa hamil - √ 4. Berat badan yang berlebihan - √ 5. Minum air masak yang mencukupi – X 6. Tidak aktif secara fizikal - √ 7. Pengambilan ubat-ubatan tertentu - √ 8. Usia semakin meningkat - √ 9. Makan makanan bergaram berlebihan - X
3	MedKuiz	1. Betul 2. Salah

		3. Betul 4. Betul 5. Salah 6. Betul 7. Salah 8. Salah 9. Betul 10. Betul
--	--	---

#### JAWAPAN BAGI MODUL: PENGAMBILAN UBAT ANTIDIABETES

BIL.	AKTIVITI	JAWAPAN
1	Aktiviti 1	1. Pengguna 2. Ubat 3. Dos 4. Cara pengambilan 5. Masa
2	Aktiviti 2	1. Biguanides – Metformin – Selepas makan 2. A-glucosidase inhibitor – Acarbose – Bersama-sama makanan 3. Sulphonylureas – Gliclazide – 30 minit sebelum makan
3	Aktiviti 3	1. Sumber haiwan – X 2. Sumber bioteknologi - ✓
4	Aktiviti 4	1. Sebelum 2. Tidur malam 3. Sebelum



5	Aktiviti 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lengan – √</li> <li>2. Dada - X</li> <li>3. Abdomen – √</li> <li>4. Paha – √</li> <li>5. Lutut - X</li> <li>6. Betis - X</li> </ol> 
6	Aktiviti 6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. dos</li> <li>2. tinggi</li> <li>3. (i) sedikit (ii) berlebihan</li> </ol>
7	Aktiviti 7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. hipoglisemia</li> <li>2. mengambil sedikit minuman manis</li> <li>3. terus mendapatkan rawatan doktor</li> </ol>
8	MedKuiz	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Betul</li> <li>2. Betul</li> <li>3. Betul</li> <li>4. Salah</li> <li>5. Betul</li> <li>6. Betul</li> <li>7. Salah</li> <li>8. Salah</li> <li>9. Betul</li> <li>10. Betul</li> </ol>

**JAWAPAN BAGI MODUL: KOMPLIKASI DIABETES**

<b>BIL.</b>	<b>AKTIVITI</b>	<b>JAWAPAN</b>
1	Aktiviti 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mata</li> <li>2. Mulut</li> <li>3. Buah pinggang</li> <li>4. Otak</li> <li>5. Jantung</li> <li>6. Salur darah</li> <li>7. Kulit</li> </ol>
2	Aktiviti 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Strok <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perubahan emosi</li> <li>- Kesukaran untuk bertutur</li> <li>- Pergerakan anggota badan terbatas</li> <li>- <i>Deep vein thrombosis</i></li> </ul> </li> <li>2. Sakit jantung - Kematian mengejut</li> </ol>
3	Aktiviti 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegagalan buah pinggang – dialisis</li> <li>2. Kerosakan mata – hilang penglihatan</li> <li>3. Kerosakan saraf – amputasi kaki</li> </ol>
4	Aktiviti 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jalankan pemeriksaan kaki secara berkala</li> <li>2. Amalkan gaya hidup aktif</li> <li>3. Berhenti merokok</li> <li>4. Amalkan pemakanan yang seimbang</li> </ol>
5	MedKuiz	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Betul</li> <li>2. Salah</li> <li>3. Betul</li> <li>4. Betul</li> <li>5. Betul</li> <li>6. Betul</li> <li>7. Betul</li> <li>8. Salah</li> <li>9. Betul</li> <li>10. Salah</li> </ol>

**JAWAPAN BAGI MODUL: AMALAN GAYA HIDUP SIHAT & AMALAN PEMAKANAN SEIMBANG**

<b>BIL.</b>	<b>AKTIVITI</b>	<b>JAWAPAN</b>
1	Aktiviti 1	1. ringan, sederhana 2. 30, 10 3. 5
2	Aktiviti 2	1. Suku : nasi, mi, roti, bijirin atau ubi 2. Suku : ikan, ayam, daging atau kekacang 3. Separuh : buah atau sayur
3	Aktiviti 3	1. 1 ketul bun 2. 1 keping capati 3. 1 biji pisang 4. 1 biji epal 5. 1 keping roti 6. 3 keping biskut 7. 1 gelas susu rendah lemak 8. 2 ulas durian
4	Aktiviti 4	1. Betul 2. Salah 3. Salah 4. Betul 5. Salah 6. Betul

5	MedKuiz	<ol style="list-style-type: none"><li>1. mengawal</li><li>2. 30 minit</li><li>3. 5 kali</li><li>4. air masak</li><li>5. ikan</li><li>6. nasi</li><li>7. sayur</li><li>8. 3</li><li>9. 250 ml</li><li>10. sesuai</li></ol>
---	---------	---