



Complementary Therapies

Mga Bagay Na Dapat Pag-isipan Bago Simulan ang Paggamit ng Complementary Therapies

Ang tinatawag na ‘complementary therapies’ ay tumutukoy sa iba’t-ibang pamamaraan ng natural healing na naiiba sa conventional western medicine o pharmaceutical medicine. Marami sa mga ito ang nagamit na nang mahabang panahon sa iba’t-ibang kultura.

Magmula nang mag-umpisa ang AIDS epidemic, may iba’t-ibang uri na ng complementary therapies na ginagamit ng mga taong may HIV tungo sa iba’t-ibang layunin. Kasama na rito ang pagpapabuti ng kalusugan, pagpapagaling sa mga sintomas at paglunas sa mga karamdaman, pati na rin ang Traditional Chinese Medicine, acupuncture, ayurveda, aromatherapy, homeopathy, masahe, meditation, naturopathy, Reiki, reflexology, atbp.

Paano naiiba ang western medicine sa complementary therapies?

- Ang pinagtutuunan ng pansin ng western medicine ay ang mga bagay-bagay na panlabas na pinagmumulan ng mga sintomas ng sakit samantalang ang complementary therapies ay tumitingin sa pagbabalanse ng enerhiya sa loob ng katawan.
- Pinagtutuunan ng pansin ng western medicine ang paglunas sa mga karamdaman, samantalang ang complementary therapies ay nagtutuon ng pansin sa mga bagay na makatutulong ibalik ang balanse sa pisikal, kaisipan, sosyal, at ispiritwal na kalusugan.
- Sa western medicine, ang mga gamot at iba pang anyo ng paglunas ng karamdaman ay sinusubukan muna sa clinical trials bago aprubahan ang paggamit. Karamihan sa mga complementary therapies ay hindi sinusubukan sa ganitong paraan subali’t napag-aralan na sa mahabang panahong ito ay ginagamit.

Ano ang dapat kong pag-isipan bago ako gumamit ng complementary therapies?

- Pag-aralan ang panlunas bago ito gamitin:
Maghanap ng impormasyon tungkol sa complementary therapy na gustong subukan. Maku-kuha ito sa iba’t-ibang propesyonal na asosasyon sa complementary therapies, mga asosasyong may serbisyo sa AIDS o ibang anyo ng lathalain. Mahalaga ring makipag-usap sa ibang taong may HIV na nakagamit na nito upang alamin kung anu-ano ang kabutihan at pinsala, panganib at pakinabang, halaga at resulta ng panlunas.
- Humanap ng complementary therapist na may malawak na kaalaman at sensitibo:
Alamin kung ang therapy na gusto mo ay pinangangasiwaan ng isang propesyonal na organisasyon o pamahalaan. Siyasatin kung ang therapist ay nagtagtaglay ng sapat na pagsasanay at kakayahan sa panggagamot. Kung ang therapy na gagamitin mo ay hindi kontrolado, mas lalong mahalagang magsaliksik hinggil sa mga karanasan ng mga pasyenteng gumagamit ng ganitong uri ng therapy at ang mga resulta nito.
Ilista ang iyong mga katanungan tungkol sa therapy, mga panganib at pakinabang, haba ng paggagamot, halaga, at mga resultang aasahan. Sabihin sa iyong therapist na kailangan mo ng paliwanag tungkol dito, sa inyong unang pagkikita.



Kung maraming doktor sa western medicine ang walang karanasan sa paggagamot ng HIV, marami ring mga complementary therapists ang hindi nagtataglay ng sapat na kadalubhasaan sa paggagamot ng mga kondisyong nauugnay sa HIV. Humanap ng therapist na may tamang pagsasanay o karanasan sa paggagamot ng mga taong may HIV/AIDS.

- Maging malinaw at mag-ingat tungkol sa halaga ng therapy:

Sa dahilang marami sa mga uri ng complementary therapies ang hindi binabayaran ng public o private insurance, mahalagang itanong sa iyong therapist kung ikaw ay maaaring bigyan ng maliwanag na estimate ng halaga ng paggagamot. Kung minsan, ang iyong local AIDS service organization ay maaaring may volunteer na complementary therapists na naglilingkod o kung may bayad man, mababa lamang sumingil bilang serbisyo sa mga taong may HIV/AIDS. Magtanong sa iyong local AIDS service organization kung mayroon sila nito.

- Sabihin sa iyong mga tagapag-alaga ang lahat ng tungkol sa mga paggagamot na ginagamit mo:

Ang complementary therapies at western medicine ay hindi pampalit sa bawa't isa. Sa katunayan, kadalasan ay sinusupportahan nila ang isa't isa. Mahalagang sabihin sa iyong western medical care provider at complementary therapists ang tungkol sa lahat ng iba't-ibang uri ng paggagamot na ginagamit mo. Ito ay makatutulong sa kanila na makita ang kabuuan ng plano sa paglunas, upang mapalawak ang pakinabang ng paggagamot, at upang maiwasan ang anumang mapanganib na side effects o interaction ng mga panlunas.

Copyright @ACAS 2001 & 2003. This fact sheet is produced by ACAS (Asian Community AIDS Services) and is available in English, Chinese (Traditional and Simplified), Tagalog and Vietnamese. Funding for this project is provided by the Ontario HIV Treatment Network (OHTN) and Health Canada. Copies can be downloaded at : www.acas.org/treatment. ACAS provides comprehensive support and case management services for Asian people living with HIV/AIDS; and HIV/AIDS prevention education to the east and southeast Asian Canadian populations in the Greater Toronto Area. ACAS is located at 33 Isabella Street, Suite 107, Toronto, Ontario M4Y 2P7. Tel: (416)-963-4300, Fax: (416)-963-4371 Email: support@acas.org

Legal Disclaimer: While we make every attempt to ensure the accuracy and reliability of information contained in this website/ fact sheet, the information provided here are designed for reference purposes only. These information should not be relied upon as a substitute for medical advice from a qualified professional health care provider and should not be used for diagnosing or treating a condition or illness. Please consult a physician if you have any concerns about your health, treatment regimen and questions related to HIV/AIDS. ACAS, its employees and board members will not be responsible for any loss or harm, however arising, from the use of, or reliance on this information.