

What is my role in PBM?

PBM is centered around you. It gives you control of your health in order to improve your outcomes.

Important tips.

Be well informed & understand what is involved. Questions to ask your doctor:

1. What is my Haemoglobin level (is it above 13)?

2. What are the risks, benefits and alternatives to the suggested treatment (including blood transfusion)?

3. How will my blood loss be reduced?

4. What will be done to reduce the chances of a blood transfusion?

5. If I am a patient for whom blood transfusion is NOT AN OPTION, what medical and surgical techniques will be used?

***All treatment strategies are customised & may be slightly different in different patient populations; for example in surgical cases, pregnancy, cancer and/or chronic kidney disease.

Please discuss PBM options with your doctor.



Malaysian Society
of Patient Blood
Management

Remember...

PBM is about YOU,
and for YOU.

Optimising YOUR outcome
is the main concern.

Ask your doctor:

"What is my
Haemoglobin?"

ASK FOR PBM.

Prepared by Dr Ananthi Krishnamoorthy & Dr Jameela Sathar as part of Malaysia's patient blood management (PBM) education program.

References:

Society for The Advancement of Patient Blood Management (SABM), USA

PATIENT BLOOD MANAGEMENT

PBM

UNDERSTANDING
PBM AND HOW IT
BENEFITS
YOU



Did you know?

The best blood is your own blood.

Patient Blood Management (PBM) helps you be your own blood bank.

Why is it beneficial?

1. Prepares you for surgery to reduce complications and recovery time (getting home faster and in better health).
2. Optimises you to achieve best outcome and improve your quality of life.
3. Reduces your chances of hospital related illness / complications.
4. Reduces overall cost as you can avoid extra days in hospital with less interventions.
5. Your doctor can concentrate on your primary issue rather than being distracted with anaemia, giving blood or dealing with the side-effects of blood transfusion.

When should I ask for PBM?

1. If your doctor tells you that you are anaemic or require a blood transfusion.
2. If you have a chronic disease such as chronic kidney diseases, heart disease, cancer, bleeding disorder or heavy menstrual bleeding as these increase risk of anaemia.
3. If you have a planned surgery. Always ask your Doctor to check your Haemoglobin - ideally at least 4 weeks before surgery.
4. If you are pregnant - especially in the 3rd trimester of pregnancy (even if Haemoglobin was checked earlier).
5. If you are undergoing chemotherapy or other treatments for cancer.

How does PBM work?



BUILDS YOUR BLOOD

1. Ensure building blocks essential for healthy red blood cells are sufficient.

This includes checking and optimising your iron concentration, B12 levels, folate, other vitamins & minerals.

2. Potential use of a medicine, called erythropoietin, to increase the production of red blood cells.



REDUCES YOUR BLOOD LOSS

1. Your current medications (including traditional medicine/herbs) are reviewed with your doctor and those that increase bleeding may temporarily be stopped.
2. Having your medical team focused on avoiding anaemia rather than treating it eg: early treatment of stress ulcer
3. Limit blood tests to essential only (minimising loss of blood).
4. Improved techniques using good skills, equipment and medication to minimise blood loss during surgery, treatment or birth.



ENABLES & SUPPORTS YOU

1. Decide the amount of blood loss your body can stand, and prepare your body well.
2. Provide supporting oxygen or medications during your recovery – to meet the needs of your body if low red cells.
3. Give you time to recover - reduce your energy needs to support your body and allow you to be ready whilst safe-guarding you from harm.

PBM is a patient-centered and organised approach in which the entire health care team coordinates efforts to improve results by managing and preserving a patient's own blood.

Apa peranan saya di dalam PBM?

PBM tertumpu kepada anda. Anda berupaya mengawal sebarang keputusan yang dapat mempengaruhi tahap kesihatan anda sendiri.

Petua penting.

Pastikan anda memahami situasi kesihatan anda dengan mendapatkan maklumat yang jelas. Tanyakan doktor anda berkaitan perkara berikut:

1. Apakah paras hemoglobin saya? (adakah ianya melebihi 13g/dL)

2. Apakah risiko, faedah dan adakah alternatif lain selain daripada rawatan yang dicadangkan (termasuk transfusi darah)?

3. Bagaimanakah kehilangan darah saya dapat dikurangkan sekiranya berlaku pendarahan?

4. Apakah Langkah yang akan diambil untuk mengurangkan kemungkinan transfusi darah?

5. Sekiranya saya adalah seorang pesakit yang tidak dapat menerima transfusi darah, apakah pendekatan lain secara perubatan mahupun pembedahan yang akan digunakan?

***Semua strategi perawatan mungkin berbeza dan akan disesuaikan mengikut jenis populasi pesakit ; contohnya dalam kes pembedahan, kehamilan, kanser dan/atau penyakit buah pinggang kronik.

Sila bincangkan mengenai PBM dengan doktor anda.



Malaysian Society
of Patient Blood
Management

Ingatlah...

PBM adalah tentang ANDA,
dan untuk ANDA.

Kesihatan ANDA menjadi
KEUTAMAAN.

Tanyakan doktor anda:

"Apakah tahap
Haemoglobin saya?"

MINTALAH PBM.

Disediakan oleh Dr Ananthi Krishnamoorthy & Dr Jameela
Sathar untuk program pendidikan pengurusan darah
pesakit (PBM) Malaysia. Diterjemah bersama:
Dr Shahnaz Irwani binti Sabri.

Rujukan:

Society for The Advancement of Patient Blood Management
(SABM), USA

MEMAHAMI PBM DAN BAGAIMANA PBM DAPAT MEMBANTU ANDA



Tahukah ANDA?

Darah yang terbaik adalah darah ANDA sendiri.
Patient Blood Management (PBM) boleh membantu badan ANDA menjadi TABUNG DARAH ANDA sendiri.

Apakah manfaat PBM?

1. Persiapan diri untuk mengurangkan komplikasi pembedahan dan mempercepatkan masa pemulihan (dapat pulang dengan lebih cepat dalam keadaan sihat).
2. Mengoptimalkan anda supaya dapat mencapai hasil terbaik dan meningkatkan kualiti hidup anda.
3. Mengurangkan kebarangkalian mendapat jangkitan di hospital atau komplikasi lain.
4. Mengurangkan kos rawatan keseluruhan kerana kurang intervensi dan anda dibenarkan pulang lebih awal.
5. Doktor dapat menumpukan perhatian kepada rawatan penyakit utama anda dan tidak terganggu dengan isu anemia, transfusi darah atau menangani komplikasi transfusi.

Bilakah saya boleh meminta PBM?

1. Jika doktor memaklumkan anda mengalami anemia atau memerlukan transfusi darah.
2. Jika anda mempunyai penyakit kronik seperti penyakit buah pinggang, penyakit jantung, kanser, gangguan pendarahan atau pendarahan haid yang banyak kerana ini meningkatkan risiko anemia.
3. Sekiranya anda dijadualkan untuk menjalani pembedahan, pastikan anda tahu tahap hemoglobin anda dan tanyakan tentang PBM seawal 4 minggu sebelum pembedahan.
4. Kehamilan terutamanya pada trimester ke-3 (walaupun paras Hemoglobin telah diperiksa sebelumnya).

Bagaimana PBM berfungsi?



TINGKATKAN PEMBENTUKAN DARAH

1. Pastikan bahan asas untuk pembentukan sel darah merah yang sihat mencukupi.

Ini termasuk memeriksa dan mengoptimalkan kadar zat besi, paras vitamin B12/folat serta kandungan mineral dan vitamin lain.
2. Penggunaan ubatan seperti Erythropoetin yang dapat membantu meningkatkan pembentukan sel darah.



KURANGKAN KEHILANGAN DARAH

1. Dapatkan khidmat nasihat doktor anda mengenai makanan atau ubatan yang dapat meningkatkan risiko pendarahan seperti ubat tradisional, ubat cair darah, ginseng dan sebagainya serta masa yang tepat untuk menghentikan ubatan tersebut sebelum pembedahan.
2. Doktor anda memberi perhatian untuk mengelakkan anemia daripada merawatnya seperti rawatan awal ulser perut.
3. Mengurangkan pengambilan sampel darah untuk mengelakkan kehilangan darah.
4. Menambah baik teknik dengan menggunakan kemahiran pembedahan yang baik, peralatan dan ubat-ubatan yang dapat mengurangkan kehilangan darah semasa pembedahan, rawatan.



MEMBINA KETAHANAN BADAN

1. Mempersiapkan badan anda agar dapat bertahan dengan kehilangan darah semasa pembedahan.
2. Membantu penyembuhan anda dengan bantuan oksigen atau ubatan sekiranya kekurangan sel darah merah.
3. Memberi masa untuk pemulihan dengan cara mengurangkan penggunaan tenaga agar badan anda dapat bersedia di samping melindungi diri anda daripada bahaya.

Pengurusan Darah Pesakit atau Patient Blood Management (PBM) ialah suatu pendekatan sistematik yang mengutamakan pesakit. Ia melibatkan seluruh pasukan kesihatan yang berusaha untuk membantu pesakit mencapai tahap kesihatan optimal. Ini dilakukan dengan mengurus dan memelihara darah pesakit itu sendiri.