

WARFARIN

war·far·in

He aha te mahi?

Whakamahia ai te warfarin hei whakamaimoia me te ārai kia kore ai e tepe tepe ō toto. He whakaiti i te tūpono pā mai o te ikura roro, ā, ka aukati hoki i te hanga tepe tepe ki ū waewae, pūkahukahu rānei. Ka whakamahia hoki hei āwhina ki te aukati i te tepe tepe o te toto i te hunga kua whakakapia tō rātou takirere manawa ki tētahi takirere manawa waihanga.

I mua i to tīmata

- Me kōrero atu ki tō rata mēnā he raruraru toto tōu.
- Me kōrero atu ki tō rata mēnā kei te hapū koe, kei te whai rānei koe kia hapū koe, kei te whāngaiū rānei.

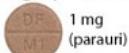
Me pēhea te kai?

Me kai te warfarin e aki ki ngā tohutohu me tētahi inu wai. Me kinaki i te wā ōrite i ia rā.

Me whakawhirinaki tō horopeta ki ngā hua o tētahi whakamātauau toto e kiia nei he INR. Ka ine tēnei i te roa e totō ai tō toto. Mā tō mātanga hauora e kī atu he aha tō INR me te horopeta me tango e koe. He mea nui kia tuhi koe i ū hua INR me tō horopeta i ia wā.

E rua ngā momo warfarin i Aotearoa (Marevan® me te Coumadin®). Tirohia kia tēhea te momo kei a koe, ā, me noho ki tērā. He rerekē ngā kaha me ngā tae o te warfarin. Kai ai te nuinga o ngā tāngata i te momo Marevan® kei roto i te pikitia i raro. Mēnā kua rerekē te āhua o ū pire, me pātai atu ki tō kaitaka rongoā.

Ngā pire Marevan®



Ka aha mēnā ka wareware i a koe tētahi horopeta te kai?

Kainga te horopeta i tāhapa i a koe mēnā ka maumahara koe i taua rā anō. Ki te kore, me waiho ka haere tonu. Kaua rawa e kai i ngā horopeta e rua i te rā kotahi. Tuhia ngā horopeta i tāhapa, ā, ka kōrero atu ki tō mātanga hauora i tō kitenga whai ake i aia.

Ka taea anō e koe ētahi atu rongoā te kai?

Ka tukituki pea ētahi rongoā ehara i te ītaa rongoā ki te warfarin, pērā i ēnei:

- ngā pire ārai-whakakākā, pērā i te diclofenac (hei tauira, Voltaren®), ibuprofen (hei tauira, Nurofen®), aspirin rānei (hei tauira, Disprin®, kei ngā horopeta whakamauru mamae). Ka kitea ēnei i roto i ētahi rongoā rewharewha me te whurū (hei tauira, Nurofen Cold me the Flu®)
- aspirin horopeta-iti (hei tauira, Cartia®) – ka whakamahia i ētahi wā i te taha o te warfarin, me kōrero ki tō rata.

Ka taea e te warfarin te tukituki ki ngā rongoā maha, ka kino pea i ētahi wā. Me kī atu ki tō kaitaka rongoā, rata rānei mēnā kei te kai koe i te warfarin i mua i te tīmata ki te kai i ētahi atu rongoā, maimoatanga rānei, pēnei i ngā rongoā hokomaha, huaora, rongoā amiamī, tarukino rānei.

He aha ngā hua kino ka rongo pea koe?

Ngā Hua Kino	Tūtohutanga hei whai
Te toto e kore a taea te aukati, ngā karu tūpāpaku e nui haere ana, te māremare toto, te ruaki toto, hē rite te ruaki ki ngā korakora kawhe, he whero, pōuri rānei te mimi, he whero, mangu rānei te tuutae, he ānini māhunga tīno taumaha (tērā pea he tohu kei te toto haere tō tinana) Kopukupuku, poapoa te kiri (kikorangi, waiporoporo rānei)	Me wawe te kōrero atu ki tō rata
Ka kore haere ū makawē, hewa haere rānei	Me kōrero atu ki tō rata mēnā kei te mamae

Ki te pā mai ētahi atu hua kino, me kōrero atu ki tō rata, kaitaka rongoā rānei.

Ētahi atu mōhiohio:

- He mea nui kia kōrero atu koe ki te hunga tuku whakamaimoatanga hauora, hauora niho rānei (hei tauira, rata, rata niho, kaitaka rongoā, rata take waewae rānei) kei te kai warfarin.
- Ka ngāwari ake tō toto haere, tō whēwhē rānei i a koe e kai ana i te warfarin. Me tūpato, me karo rānei i ngā mahi ka puta ai te toto haere pēnei i te tā kirutī, te whakarere kiri, me ngā hākinakina pakihīwi.
- Mēnā ka hinga kino koe, ka wharangā rānei tō māhunga, me kōrero wawe atu, me tiro hoki ki tō rata ināianei tonu.
- Mēnā ka whakareketea ū kai, tērā pea ka rerekē tō INR. Me kōrero ki tētahi mātanga hauora.
- Ka pikī i te waipiro te tūponotanga o te toto. Ka āhei tonu koe ki te inu i ētahi wā, engari me karo i te inu waipiro maha i te wā poto.