

WARFARIN

war-far-in

He aha te mahi?

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

I mua i tō 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 ai ki ngā tohutohu me tētahi inu wai. Me kīnaki i te wā ōrite i ia rā.

Me whakawhirinaki tō horopeta ki ngā hua o tētahi whakamātautau toto e kīia nei he INR. Ka ine tēnei i te roa e tofō 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 ō hua INR me tō horopeta i ia wā.

E rua ngā momo *warfarin* i Aotearoa (Marevan® me te Coumadin®). Tirohia ko 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 ō 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. Kī te kore, me waiho ka haere tonu. Kua 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 a ia.

Ka taea anō e koe ētahi atu rongoā te kai?

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

- ngā pire ārai-whakakakā, pērā i te diclofenac (hei taura, Voltaren®), ibuprofen (hei taura, Nurofen®), aspirin rānei (hei taura, Disprin®, kei ngā horopeta whakamauru mamea). Ka kitea ēnei i roto i ētahi rongoā rewharewha me te whurū (hei taura, Nurofen Cold me te Flu®)
- aspirin horopeta-iti (hei taura, 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 amiami, tarukino rānei.

He aha ngā hua kino ka rongo pea koe?

Ngā Hua Kino	Tūtohutanga hei whai
Te toto e kore e taea te aukati, ngā karu tūpāpaku e nui haere ana, te māmāre toto, te ruaki toto, he rite te ruaki ki ngā korakora kawhe, he whero, pōuri rānei te mimi, he whero, mangu rānei te tuutae, he ānini māhunga tino taumaha (tērā pea he tohu kei te toto haere tō tinana) Kōpukupuku, poapoa te kirī (kikorangi, wairopororo rānei)	Me wawe te kōrero atu ki tō rata
Ka kore haere ō makawe, hewa haere rānei	Me kōrero atu ki tō rata mēnā kei te mamea

Kī 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 taura, rata, rata niho, kaitaka rongoā, rata take waeuae 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 kirituhi, te whakarākei kirī, me ngā hākinakina pakihwi.
- Mēnā ka hinga kino koe, ka wharanga rānei tō māhunga, me kōrero wawe atu, me tiro hoki ki tō rata ināianei tonu.
- Mēnā ka whakarekētia ō kai, tērā pea ka rerekē tō INR. Me kōrero ki tētahi mātanga hauora.
- Ka piki i te waihiro te tūponotanga o te toto. Ka āhei tonu koe ki te inu i ētahi wā, engari me karo i te inu waihiro maha i te wā poto.