நோயாளிக்குத தகவல்

சிகிச்சை மருந்து:

இதய நோய்கள்

வார்ஃபரின்

Medicine To Treat : Cardiac Diseases - Warfarin

வார்ஃபரின் எதற்குப் பயன்படுத்தப்படுகிறது?

வார்ஃபரின் இரத்த உறைவைத் தடுக்கக் கூடியது என்பதால் இரத்தத்தை மெலிதாக்கும் மருந்தாக சில சமயங்களில் கூறப்படுகிறது. எனினும், அது இரத்தத்தை மெலிதாக்குவதில்லை அல்லது ஏற்கெனவே உருவாகியுள்ள உறை கட்டிகளைக் கலைப்பதும் இல்லை. அதற்கு மாறாக, உடலில் இயற்கையான கூறுகள் கட்டிகளைக் கரைக்க விட்டுவிடுவதுடன், புதியகட்டி உருவாகாமலும் தற்போதுள்ள கட்டி பெரிதாகாமலும் தடுக்கிறது. இரத்த நாளங்கள், தமனிகள், நுரையீரல்கள் அல்லது இதயத்தை வார்ஃபரின் பாதுகாப்பதுடன் கட்டிகள் ஏற்படுவதையும் தடுக்கிறது.

இரத்த உறைவை மிக எளிதாகத் தடுக்க உங்களுக்கு இந்த மருந்து ஏன் அவசியம் என்பதையும், உங்கள் உடல்நிலையைப் பொறுத்து எத்தனை நாட்களுக்கு நீங்கள் வார்ஃபரினை உட்கொள்ள வேண்டும் என்பதையும் உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளுநரிடம் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். பல வித வார்ஃபரின் தயாரிப்புகள் சந்தையில் கிடைக்கின்றன (எ.கா. மரிவான், கும்மாடின்). மருந்தின் வகைகளை அடிக்கடி மாற்றாதீர்கள். அவற்றின் சக்தி இலேசாக வேறுபடும் என்பதே காரணம்.

இந்த மருந்தை நான் எப்படி உட்கொள்வது?

வார்ஃபரின் மாத்திரைகளை தண்ணீருடன் வாய்வழியாக உட்கொள்ளுங்கள். ஒட்டுவில்லையில் அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ள முறைகளைப் பின்பற்றுங்கள். தினம் ஒருமுறை வழக்கமான ஒரு நேரத்தில் மருந்தை உட்கொள்ளுங்கள். எப்போதுமே உணவுக்கு முன்போ அல்லது பிறகோ வழக்கமான ஒரு முறையில் உட்கொள்ளுங்கள்.

ஒருவேளை மருந்தை நான் உட்கொள்ள மறந்துவிட்டால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

கூடியவரை தவறவிடாதீர்கள். ஒருவேளை மருந்தை உட்கொள்ள மறந்தால் உங்களால் இயன்ற விரைவில், வழக்கமான நேரத்தில் எட்டு மணி நேரத்திற்குள் வார்ஃபரினை உட் கொண்டு விடுங்கள். எட்டு மணி நேரம் கடந்துவிட்டால் மருந்தை உட்கொள்ள வேண்டாம். மறுநாள் வழக்கமான நேரத்தில் வார்ஃபரின் மருந்தைத் தொடருங்கள். இருமடங்காக உட்கொள்ள வேண்டாம். மருத்துவர் கூறினால் மட்டுமே ஒரே நாளில் இருமுறை இம்மருந்தை உட்கொள்ளலாம். அதனால் அதிக இரத்தக் கசிவு ஏற்படலாம்.

உட்கொள்ள மறந்து போன வேளைகளைக் அன்புகூர்ந்து குறித்து வைத்து அடுத்தமுறை உங்கள் மருந்துவரைப் பார்க்கும்போது கூறுங்கள்.

இந்த மருந்து ஏற்படுத்தக்கூடிய பக்கவிளைவுகள் யாவை?

மருந்தை கூடுதலாக உட்கொள்வதால் ஏற்படும் கடுமையான விளைவுகள்:

- சிறுநீரில் இரத்தம், மூட்டம் அல்லது கருமையான சிறுநீர்
- கறுத்த, ஒட்டிக்கொள்ளக் கூடிய / பிசுபிசுப்பான மலம்
- மாதவிடாயின் போது அதிகமான இரத்தப்போக்கு
- இருமும் போது பல் எயிறுகள், மூக்கிலிருந்து அசாதாரணமான காயமும் இரத்தக் கசிவும் ஏற்படும்; தோலில் சிவப்புத் திட்டுகள் தென்படும்

இந்த அறிகுறிகளில் எதையும் நீங்கள் கண்டால் இயன்ற விரைவில் உங்கள் மருத்துவரிடம் தெரிவியுங்கள்.

எத்தகைய முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையை நான் பின்பற்ற வேண்டும்?

உங்கள் மருத்துவரிடம் அவ்வப்போது சென்று முறையான இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொள்ளுங்கள். பொருத்தமான மருந்து அளவை நிர்ணயிப்பதற்காக தொடக்கத்தில் அடிக்கடி இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவசியம். நீங்கள் வார்ஃபரின் மருந்து உட்கொண்டு வரும்போது ஓர் அடையாள அட்டை அல்லது உங்கள் பெயர், நீங்கள் உட்கொள்ளும் மருந்தின் (களின்) பெயர், அளவு, உங்கள் மருத்துவர் அல்லது அவசரத்திற்குத் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியவரின் பெயர், தொலைபேசி எண் ஆகியவை அடங்கிய கையேட்டை உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளுநரை முதலில் ஆலோசிக்காமல் எந்த மருந்தையும் தொடங்கவோ, நிறுத்தவோ கூடாது. சில மருந்துகள் (எ.கா. ஆஸ்பிரின், சில கிருமி கொல்லிகள்) வார்ஃபரின் மீது தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் என்பதே காரணம்.

நான் தவிர்க்கவேண்டிய உணவுகள்/ மருந்துகள் யாவை?

நீங்கள் வார்ஃபரின் உட்கொள்ளும்போது வழக்கமாக சமநிலை உணவை உண்ணுங்கள். முதலில் உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளுநரின் ஆலோசனையைப் பெறாமல் உணவு முறையில் முக்கிய மாற்றம் எதையும் செய்வதைத் தவிருங்கள் (எ.கா. மரக்கறி உணவுக்கு மாறுவது).

திடீரென்று சோயா அவரை உணவுகள் (எ.கா. தவ்வு), பச்சைத் தேயிலை, ஆகியவற்யையும் கீழ்க்கண்ட காய்கறிகளையும் அதிக அளவில் சேர்த்துக் கொள்வதைத் தவிருங்கள்: புரோக்கோலி, பசலைக் கீரை, பிரஸல் முளைகள், காலி ஃபிளவர் மற்றும் கடலைகள்.

அதிக அளவில் மது அருந்துவதைத் தவிருங்கள். வாரத்திற்கு ஐந்து குவளைக்கு மேற்போகாத பீர் அல்லது ஒரு பாட்டிலுக்கு மேற்போகாத ஒயின் அருந்துவது ஆலோசிக்கத் தக்கது.

பாரம்பரிய அல்லது மூலிகை மருந்து வகைகளைத் தவிருங்கள் (எ.கா. ஜிங்கோ). அந்த மருந்துகள் வார்ஃபரினுடன் சேரும்போது ஏற்படக்கூடிய விளைவுகளை முன்னுரைக்க இயலாது.

வாழ்க்கைப் போக்கில் முக்கிய மாற்றம் எதையும் நான் செய்து கொள்ள வேண்டுமா?

இல்லை. எனினும் ரேஸர் அல்லது மற்ற கூர்மையான பொருட்களைக் கையாளும் போது கூடுதல் எச்சரிக்கை தேவை. நெருக்கமான விளையாட்டுகள் அல்லது மற்ற நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவதைத் தவிருங்கள். அவை உங்களுக்குக் காயத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும். உங்களுக்குக் காயம் ஏற்பட்டால், இரத்தக் கசிவை நிறுத்த நீண்ட காலத்திற்கு அதிக முயற்சி தேவைப்படும்.

மருந்துகளை நான் சேமித்து வைப்பது எப்படி?

உங்கள் மருந்துகளை இறுக மூடி, வெளிச்சம் ஊடுருவ முடியாத கலத்தில், அறையின் வெப்ப அளவில் வைத்திருங்கள். வெளிச்சம் தாக்காதவாறு பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

SingHealth · Ministry Of Health · National Healthcare Group

Printed in 2002