IBUPROFEN

eye-bew-pro-fen

He aha te mahi?

Ka whakamahia te rongoā ārai-whakakakā a te *ibuprofen* hei whakaiti i te mamae, kakātanga me te kirikā.

I mua i to tīmata

- Me kōrero atu ki tō rata mēnā he rarururu manawa, tākihi, ate, puku, kōpiro rānei tōu, toto pōrutu, mate huangō, mēnā rānei i pā mai he ikura roro, TIA (ikura roro iti) rānei i mua.
- Me kōrero atu ki tō rata mēnā i pā mai he rarururu ki a koe me te aspirin, ārai-whakakakā rānei.
- 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 i te *ibuprofen* e ai ki ngā tohutohu.
Pire parehe, pire rango rānei: Me kīnaki ki te inu wai nui.
Pire tuku pōturi rānei: Me kīnaki ki te inu wai nui. Horopukuna ngā pire - kaua rawa e kopenu, e ngangau rānei.
Wē: Kia kaha tonu te rurerure i mua o te whakapeto. Āta inea ia horopeta mā tētahi pūwero, pune ine rānei.

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

Mēnā ka tango koe i te *ibuprofen* i ngā wā katoa, ā, kua tata ki te wā mō tō horopeta whai ake, me waiho te horopeta i tāhapa ka kai i tō horopeta whai ake hei taua wā anō. Tērā rānei, me kai te horopeta i tāhapa ina maumahara koe. Kaua rawa e kai i ngā horopeta e rua i te wā kotahi.

Ka taea anō e koe ētahi atu rongoā te kai?

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

- ngā pire ārai-whakakakā, pērā i te diclofenac (hei tauira, Voltaren Rapid®), 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 te Flu®), me ngā pani, pia rānei (hei tauira, Voltaren Emulgel®)
- aspirin horopeta-iti (hei tauira, Cartia®)

Me kōrero atu ki tō kaitaka rongoā, rata rānei mō ngā rongoā katoa, whakamaimoatanga rānei e whiwhi ana koe, tae atu ki ngā huaora, ngā hua otaota, ngā whakapōauau rānei.

He aha ngā hua kino ka rongo pea koe?

Ngā Hua Kino	Tūtohutanga hei whai
Ngā tohumate o te mate pāwera, tae atu ki te: kōpukupuku, mangeo, pupuhi, uaua te hēhē Ngā tohumate o te puku werawera, tae atu ki te: mamae puku, he whero, pango rānei te hamuti, he rite te ruaki ki ngā korakora kawhe. Ko ngā tohumate o te mate ate ko te: kōwhai o te kiri, karu rānei, mangeo, pōuri o te mimi, kōmā o te hamuti, mamae puku	Me wawe te kōrero atu ki tō rata
Ka pupuhi ngā waewae, hēmanawa	Me kōrero atu ki tō rata
Tokopā, whakapairuaki, mate tikotiko	Me kīnaki ki te kai, ā, ka kōrero atu ki tō rata mēnā ka pā tonu mai ngā tohumate

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

Ētahi atu mōhiohio:

- He pai te whakamahi i te paracetamol me te *ibuprofen* hei whakamāmā i te mamae mēnā e hiahiatia ana e koe.
- Ka taea e ngā rongoā ārai-whakakākā te pā atu ki ngā tākihi, inā koa mēnā kua pau te wai o te tangata. Kaua e kai i te *ibuprofen* mēnā kua pau te wai i a koe.
- Ka piki pea ngā tūpono o te pānga mai o te mate manawa, o te tētepe ikura roro rānei mā te whakamahi roa i ngā rongoā ārai-whakakakā – kōrero ki tō mātanga hauora mō tō mōrea.