# ALLOPURINOL

*al-oh-pure-ih-nol*

## He aha te mahi?

Whakamahia ai te *allopurinol* hei ārai i te kauti me ngā kōhatu tākihi. Whakamahia ai i ētahi wā mō ētahi atu mate. He whakaiti i te rahinga waikawa uriki e mahia ana e tō tinana.

## I mua i to tīmata

- Me kōrero atu ki tō rata mēnā he raruraru tākihi, ate rānei 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 *allopurinol* e ai ki ngā tohutohu me tētahi inu wai. Ka taea tēnei te kai i te taha o te kai, kāore rānei.

Ka pā anō mai te mate kauti i ētahi wā ina tīmata koe ki te kai *allopurinol*. Ka tūtohu pea tō rata i tētahi atu rongoā hei ārai i tēnei. Me kai haere tonu te *allopurinol* ina pā mai te mate kauti. Ki te whakamutu tonu te kai i ngā pire ko te tikanga ka hē kē atu tō kauti.

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

Mēnā kua tata ki te wā mō tō horopeta whai ake, me waiho te horopeta i tāhapa ka kai i tō kai 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?

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 |
|---|---|
| Kōpukupuku, kiri horehore, hoipū rānei | Me mutu te kai rongoā, ā, me wawe tō haere ki te kite i tō rata |
| 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 mamae te puku | Me kōrero atu ki tō rata mēnā kei te mamae |
| Kōpukupuku | Ka puta tēnei i ngā wiki tuatahi. I ngā wā rerekē, he taumaha tēnei. Waea atu ki tō rata hei tirotiro. |

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

## Ētahi atu mōhiohio:

- Me auau tō whiwhi whakamātautau toto i a koe e kai ana i te *allopurinol* kia mātua whiwhi koe i te horopeta tika, hei tirotiro hoki mēnā kei te pā he raruraru ki ō tākihi, ki tō ate rānei.
- Me whakarite kia rawaka te inu wai i ia rā hei ārai i te puta mai o ngā kōhatu tākihi.