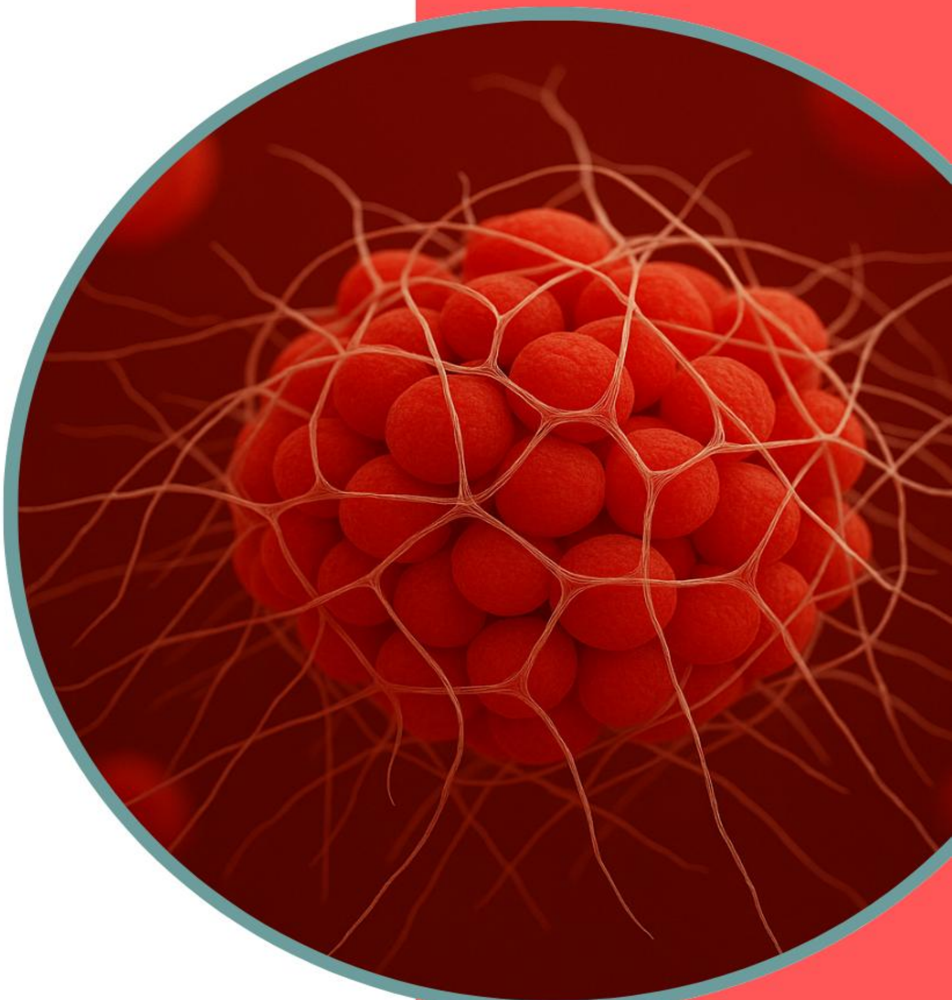
PROGRAM PERKHIDMATAN FARMASI
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

# வார்ஃபரின் சிகிச்சை பதிவேடு

# *BUKU RAWATAN WARFARIN*



2026

# நோயாளியின் தகவல்கள்
## *Maklumat Pesakit*

பெயர்/*Nama*:

அடையாள அட்டை எண்/*No. Kad Pengenalan*:

பதிவு எண்/*No. Pendaftaran*:

முகவரி/*Alamat Rumah*:

தொலைப்பேசி எண்/*No. Telefon*:

மருத்துவர் பெயர்/*Nama Pegawai Perubatan*:

மருத்துவமனை / கிளினிக்/*Hospital/Klinik*:

அவசர தொடர்பு எண்:
*Jika berlaku sebarang kecemasan, sila hubungi*:

(பெயர் மற்றும் தொலைபேசி எண்)
*(Nama dan no. telefon)*

# வார்பரின்  சிகிச்சை விபரங்கள்
## *Butiran Terapi Warfarin*

சிகிச்சை அறிகுறி*:
*Indikasi Warfarin**:

INR வரம்பு:
*Sasaran Julat INR*:

திட்டமிடப்பட்டுள்ள சிகிச்சை காலம்:
*Jangka Masa Pengambilan*:

ஆரம்பித்த திகதி:
*Tarikh Mula*:

குறிப்பு:
*Catatan*:

INR வரம்பு புதுப்பிக்கப்பட்ட திகதி ^:
*Tarikh Sasaran Julat INR Dikemaskini^*:

புதிய வார்ஃபரின்அறிகுறி ^:
*Indikasi Baru Warfarin^*:

புதிய INR வரம்பு^:
*Sasaran Baru Julat INR^*:

*நீங்கள் வார்ஃபரின் மருந்தை எடுத்துக் கொள்ள காரணமாக இருக்கும் நோய்
**Penyakit yang menyebabkan anda perlu mengambil warfarin*
^ தேவையானால்/*Jika berkenaan*

## வார்பரின் என்றால் என்ன?

### *Apa itu warfarin?*

வார்ஃபரின் ஒரு இரத்த உறைவு தடுக்கும் மருந்தாகும். இது உங்கள் இரத்தம் உறைவதற்கு அதிக நேரம் எடுத்துக் கொள்ளச் செய்வதன் மூலம், இரத்த நாளங்களில் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய இரத்த உறைவுகள் உருவாவதைத் தடுக்கிறது.

வார்ஃபரின் என்பது இரத்த உறைதலைத் தடுக்கும் ஒரு மருந்தாகும். இது "இரத்தத்தை மெல்லியப்படுத்தும் மருந்து" என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இந்த மருந்து இயல்பற்ற இரத்த உறைவு ஏற்படுவதைத் தடுக்கும்.

*Warfarin adalah ubat yang menghalang pembekuan darah. Ia juga dikenali sebagai ubat cair darah. Ubat cair darah menghalang dari berlakunya pembekuan darah yang tidak normal.*

வார்ஃபரின் மாத்திரைகளை அடையாளம் காண இணைப்பு 1- ஐப் பார்க்கவும்.

*Sila rujuk **Lampiran 1** untuk panduan identifikasi ubat warfarin.*

## எனக்கு வார்பரின் மருந்து ஏன் தேவைப்படுகிறது?

### *Mengapa saya memerlukan ubat warfarin?*

உங்களுக்கு சில பிரச்சனைகள் அல்லது அசாதாரணமான இரத்த உறைவு ஏற்படும் அபாயம் இருக்கலாம். உதாரணமாக: இரத்தம் அதிகமாக உறையக்கூடிய தன்மை இருந்தால், உடலில் இரத்த உறைவுகள் (இரத்தக் கட்டிகள்) உருவாகலாம். இவ்வாறு இரத்த உறைவு ஏற்படும் போது, உடலில் இரத்த

ஓட்டம் பாதிக்கப்படும். இதனால் வலி ஏற்படலாம்; மேலும் அந்த இரத்த உறைவு உடலின் பிற பகுதிகளுக்கு நகரும் போது கடுமையான சிக்கல்கள் ஏற்படும் வாய்ப்பும் உள்ளது.
உதாரணத்திற்கு, அந்த இரத்த உறைவு இதயம், நுரையீரல் அல்லது மூளைக்கு நகர்ந்தால், மாரடைப்பு அல்லது பக்கவாதம் போன்ற உயிருக்கு ஆபத்தான நிலைகள் ஏற்படலாம்.

வார்ஃபரின் மருந்து ஏற்கனவே உறைந்திருக்கும் இரத்தக் கட்டிகளை கரைக்காது. ஆனால், அவை மேலும் மோசமடையாமல் தடுப்பதோடு, உடலின் பிற பகுதிகளில் புதிதாக இரத்த உறைவுகள் உருவாகாமல் இருக்க உதவுகிறது.

பின்வரும் பிரச்சனைகளால் இரத்த உறைவு ஏற்படாமல்

தடுப்பதற்காக வார்ஃபரின் மருந்து பொதுவாக

வழங்கப்படுகிறது:

*Anda mungkin mempunyai masalah atau risiko berlakunya pembekuan darah tidak normal. Apabila pembekuan darah tidak normal berlaku, pengaliran darah di dalam badan akan terjejas. Ini mungkin mengakibatkan rasa sakit, malah komplikasi boleh berlaku apabila darah beku tersebut bergerak ke bahagian-bahagian lain di dalam badan. Contohnya, darah beku boleh bergerak ke jantung, paru-paru atau otak dan mengakibatkan serangan jantung dan strok. Tablet warfarin tidak berupaya mencairkan darah beku yang sudah terbentuk tetapi boleh mengelakkan darah beku tersebut daripada menjadi lebih besar dengan menghalang pembekuan darah yang baru. Warfarin selalu diberi untuk mengelakkan pembekuan darah untuk masalah berikut: -*

- இதயத்துடிப்பு சீராக இருக்காது
  *Degupan jantung tidak teratur*
- இதய வால்வு/ அடைப்பான் மாற்றப்பட்டிருக்கலாம்
  *Gantian injap jantung*
- கால்களில் இரத்த உறைவு

*Darah beku pada saluran darah di kaki*

- நுரையீரலில் இரத்த உறைவு
  *Darah beku pada saluran darah di paru-paru*
- இதயத்தில் இரத்த உறைவு
  *Darah beku di jantung*

வார்ஃபரின் மருந்தை வேறு காரணங்களுக்காக நீங்கள் உபயோகிக்கக்கூடும். இருப்பினும் மேல் விபரங்களுக்கு மருத்துவ அதிகாரியையோ அல்லது பார்மசி அதிகாரியையோ தொடர்பு கொள்ளலாம்.
*Anda mungkin mengambil warfarin untuk tujuan lain. Untuk maklumat lebih lanjut, sila rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda.*

## எவ்வாறு வார்ஃபரின் உடம்பில் செயல்படுகிறது?

## *Bagaimana warfarin bertindak di dalam badan?*

இரத்தம் உறைவதற்கு வைட்டமின் K அவசியமானது; இது இரத்தக் கசிவு ஏற்படாமல் தடுக்க உதவுகிறது. வார்ஃபரின் உடலில் வைட்டமின் K-இன் செயல்பாட்டைத் தடுக்கிறது.
*Vitamin K diperlukan untuk pembekuan darah dan mengelakkan pendarahan daripada berlaku. Warfarin menghalang penggunaan Vitamin K di dalam badan.*

அதனால், வார்ஃபரின் மருந்து உடலில் இரத்தம் உறையக்கூடிய தன்மையை குறைக்கிறது. இது ஏற்கனவே உறைந்திருக்கும் இரத்தக் கட்டிகளை கரைக்காது. வார்ஃபரின் மருந்து உட்கொண்ட 24 மணி நேரத்திற்குள் உடலில் செயல்படத் தொடங்கும். இந்த மருந்தின் முழுப் பலன் 3–5

நாட்களுக்குள் வெளிப்படும். இம்மருந்தை உட்கொள்வதை நிறுத்தினால், 2–5 நாட்களில் அதன் தன்மை குறைந்து விடும்.
*Oleh itu, warfarin berupaya mengurangkan kadar pembekuan darah di dalam badan. Namun warfarin tidak berupaya mencairkan darah beku yang sedia ada. Warfarin mula bertindak di dalam badan dalam masa 24 jam selepas pengambilan ubat ini dan memberikan kesan sepenuhnya dalam masa 3-5 hari. Sekiranya pengambilan warfarin dihentikan, kesan anti-pembekuan warfarin akan bertahan selama 2 -5 hari.*

## என்னுடைய வார்ஃபரின் மருந்தை நான் எந்த அளவில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்?

### *Berapakah dos yang perlu saya ambil?*

எவ்வளவு அளவு மருந்து தேவை என்பதை, இரத்தப் பரிசோதனையான புரோத்ராம்பின் டைம் *Prothrombin Time (PT)* மற்றும் *International Normalized Ratio (INR)* (இண்டர்நேஷனல் நோர்மலைஸ்டு ரேஷியோ) ஆகியவற்றின் முடிவுகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு, மருத்துவ அதிகாரி அல்லது பார்மசி அதிகாரி தீர்மானித்து அறிவிப்பார்.
*Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi akan menentukan dos warfarin sebenar anda berdasarkan ujian darah yang dipanggil sebagai* ***International Normalized Ratio (INR)****.*

ஒவ்வொருவருக்கும் வார்ஃபரின் அளவு வெவ்வேறு இருக்கலாம். உங்கள் அளவைக் மற்றவரோடு ஒப்பிடாதீர்கள். உங்கள் அளவை சுயமாக மாற்ற வேண்டாம் மற்றும் எப்போதும் மருத்துவர் / பார்மசி அதிகாரி வழங்கும் வழிமுறைகளை பின்பற்றுங்கள்.

*Setiap orang mungkin mempunyai dos warfarin yang berbeza. Jangan bandingkan dos anda dengan orang lain. Jangan ubah dos sendiri dan sentiasa ikut arahan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi.*

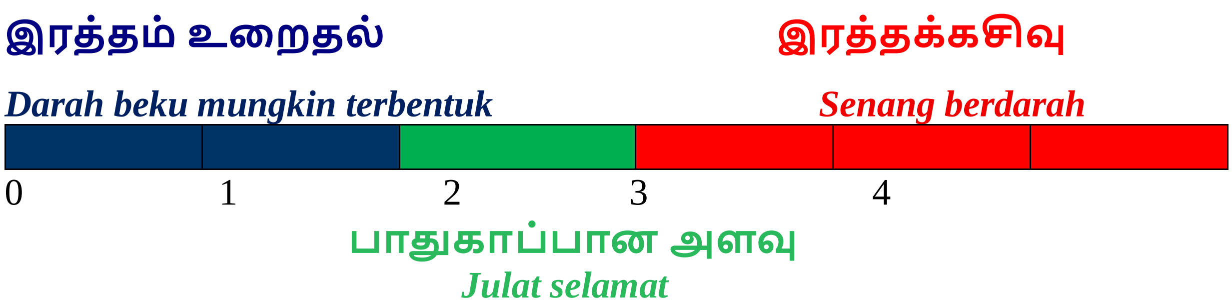
## INR என்றால் என்ன?

## *Apakah itu INR?*

INR (ஐ.என்.ஆர்) அளவீடு உங்கள் உடலில் இரத்த உறைவு ஏற்படும் விகிதத்தை விவரிக்கிறது. INR அளவு அதிகமாக இருந்தால் இரத்தம் உறைவது நீண்டகாலம் பிடிக்கும்.

இதனால் இரத்தப்போக்கு ஆபத்து அதிகரிக்கிறது. இதன் அளவு குறைவாக இருந்தால் மாறுப்பட்ட நிலையாக இருக்கும் (இரத்தம் உறைதல் சீராக இருக்காது). வார்பரின் மருந்து அதிக அளவில் எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டால், INR (ஐ.என்.ஆர்) மதிப்பு அதிகரிக்கும். இதனால் அசாதாரணமான இரத்தக் கசிவு ஏற்படும் அபாயம் அதிகரிக்கும்.

*Bacaan INR menerangkan kadar berlakunya pembekuan darah di dalam badan anda. Jika bacaan INR anda tinggi, darah anda lambat membeku. Jika bacaan INR anda rendah, darah anda cepat membeku.*




மருத்துவர்/ பார்மசி அதிகாரி ஆலோசனையின் படி இரத்தப் பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். அப்போதுதான் பாதுகாப்பான அளவு மருந்து உட்கொள்ளவதை உறுதிப்படுத்த இயலும்.

*Sasaran julat INR akan ditentukan oleh Pegawai Perubatan berdasarkan indikasi warfarin anda. Oleh itu, anda harus melakukan ujian darah seperti yang diarahkan oleh Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi untuk memastikan INR anda berada dalam julat yang selamat.*

**INR பாதுகாப்பான அளவு *Sasaran Julat INR***

| No எண் | - நோய்கள் /*Penyakit* | INR |
|---|---|---|
| 1 | இருதய துடிப்பு சீராகஇல்லை *Degupan jantung tidak teratur* | 2.0 – 3.0 |
| 2 | இருதய அடைப்பான் மாற்றுதல்/ இதய வால்வு மாற்றுதல் *Gantian injap jantung* | குறிப்பு: மருத்துவரை / பார்மசி அதிகாரியை அணுகவும் *Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi* |
| 3 | காலில் இரத்தக் கட்டு (DVT) உருவாகுவதைக் கட்டுப்படுத்த / தடுப்பது (DVT) *Pencegahan darah beku pada saluran darah di kaki* | 2.0 - 3.0 |
| 4 | ஆழமான நரம்பு இரத்த உறைவு (டி.வி.டி)(DVT) சிகிச்சை (கால்களில் இரத்த உறைவு) *Rawatan darah beku pada saluran darah di kaki dan paru-paru* | 2.0 – 3.0 |
| 5 | இதயத்தில் இரத்த உறைவு *Darah beku di jantung* | 2.0 – 3.0 |
| 6 | மற்றவை *Lain-lain* | குறிப்பு: மருத்துவரை / பார்மசி அதிகாரியை அணுகவும் *Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi* |

# எது என்னுடைய INR முடிவை நிர்ணயிக்கிறது? ஒரு வேளை எனக்கு கொடுக்கப்படும் மருந்தின் அளவு மாற்றம் அடையுமா?

## *Apakah yang boleh mempengaruhi keputusan INR saya? Adakah dos warfarin saya akan berubah?*

INR முடிவு பின்வரும் காரணங்களால் பாதிக்கப்படுகிறது:-
*Keputusan INR anda dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti:* -

- மருந்துகள் / (விட்டமின்) ஊட்டச்சத்து மருந்துகள்
  *Ubat-ubatan/suplemen*
- உணவு வகைகள்
  *Perubahan pemakanan*
- நோய்கள்
  *Penyakit*
- மது அருந்துதல் / புகைபிடித்தல்
  *Pengambilan alkohol/ merokok*
- உடற்பயிற்சி
  *Akitiviti fizikal*

INR முடிவுகள் மாற்றம் அடைந்தால், எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய வார்ஃபரின் (Warfarin) அளவும் மாறும். உங்கள் INR மதிப்பை பாதுகாப்பான எல்லைக்குள் வைத்திருக்க, மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரி உங்கள் மருந்து அளவை சரிசெய்வார்.

உங்கள் உடல்நலம், மருந்துகள் அல்லது வாழ்க்கை முறைகளில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் இருந்தால், உடனே உங்கள் மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியிடம் தகவல் தெரிவிக்க

வேண்டும். மேலும், உடல் நிலை, மருந்து வகைகள் அல்லது வாழ்க்கை முறைகளில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் காரணமாக, வார்ஃபரின் அளவை மாற்ற வேண்டிய அவசியம் ஏற்படலாம்; இதற்கு உடனே மருத்துவர்/பார்மசி அதிகாரியை அணுகுவது நல்லது.

*Perubahan di dalam keputusan INR ini akan mengakibatkan perubahan dalam dos warfarin anda. Pegawai Perubatan / Pegawai Farmasi akan mengubah dos anda sekiranya perlu untuk memastikan bacaan INR di dalam julat selamat. Sila maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda jika ada sebarang perubahan dari segi kesihatan, pengambilan ubat- ubatan atau gaya hidup. Ini adalah supaya dos warfarin dapat disesuaikan mengikut perubahan-perubahan tersebut.*

ஒவ்வொரு நோயாளியின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப வார்ஃபரின் அளவு சரிசெய்யப்படுகிறது. எனவே உங்கள் டோஸ்/ மருந்தின் அளவு மற்ற நோயாளிகளிடமிருந்து வேறுபட்டிருக்கலாம்.

*Dos warfarin akan disesuaikan mengikut keperluan setiap pesakit. Oleh itu, dos anda mungkin berlainan daripada pesakit yang lain.*

## நான் வார்ஃபரின் (Warfarin) எப்படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்?

### *Bagaimanakah saya perlu mengambil warfarin?*

வார்ஃபரின் (Warfarin) ஒரு குவளை நீருடன், தினமும் ஒரே நேரத்தில் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் (பொதுவாக மாலை நேரம் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது), மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரி வேறாக சொல்லாத வரை. உணவுக்கு முன் அல்லது உணவுக்குப் பிறகு எடுக்க வேண்டும் என்பதை பார்மசி அல்லது மருத்துவரிடம் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

மருந்தின் தாக்கம் நிலையானதாக இருக்க, அதே நேரத்தில் தினசரி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

*Ambil warfarin anda dengan segelas air sebelum/selepas makan pada masa yang sama setiap hari (disarankan pada waktu petang), kecuali diberi arahan tertentu oleh Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda. Ambil pada masa yang sama setiap hari supaya kesan ubat lebih stabil.*

## ஒரு முறை மருந்தை உட்கொள்ள மறந்துவிட்டால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

### *Apakah yang perlu saya lakukan jika terlupa satu dos?*

நினைவுக்கு வந்ததும் உடனே எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், ஆனால் நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய நேரத்திலிருந்து 8 மணி நேரத்துக்குள் மட்டுமே.

*Ambil dos yang terlupa sebaik sahaja anda teringat, jika masih dalam tempoh 8 jam dari masa anda sepatutnya mengambilnya.*

8 மணி நேரத்தை கடந்தால், மறந்த மருந்தை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டாம்.அடுத்த மருந்தை உங்கள் சாதாரண நேரத்தில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

*Jika lebih daripada 8 jam telah berlalu, jangan ambil dos yang terlupa. Ambil dos seterusnya pada masa biasa.*

இரண்டு டோஸ்-ஐ ஒரே நேரத்தில் எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள்.

*Jangan ambil dos berganda atau dos tambahan untuk menggantikan dos yang tertinggal.*

மறந்த மருந்தை உங்கள் INR பதிவேட்டில் குறிப்பிடுங்கள் மற்றும் அடுத்த மருத்துவர் / பார்மசி சந்திப்பில் தகவல் தெரிவிக்கவும்.

*Catatkan dos yang tertinggal dalam buku INR anda dan maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi pada janji temu seterusnya.*

# எப்பொழுது உடனடி சிகிச்சை பெற வேண்டும்?

# *Bilakah saya perlu mendapatkan rawatan segera?*

## 1. உங்களுக்கு இரத்தப்போக்கு அறிகுறிகள் இருந்தால்

## *1. Apabila anda mempunyai tanda-tanda pendarahan*

வார்ஃபரின் (Warfarin) எடுக்கும்போது இரத்தப்போக்கு/ கசிவு பக்க விளைவுகளை உண்டாக்கும்

*Pendarahan merupakan kesan sampingan yang serius apabila mengambil warfarin.*

பின்வரும் இரத்தப்போக்கு அறிகுறிகளை நீங்கள் சந்தித்தால், உடனே மருத்துவ அதிகாரியுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்:

*Anda perlu menghubungi Pegawai Perubatan jika anda mengalami tanda-tanda pendarahan seperti berikut: -*

- **காயங்களில் இரத்தக்கசிவு நீடித்து ஏற்படும்***
  ***Pendarahan yang lama daripada luka****
- **மூக்கின் வழி இரத்தக் கசிவு ஏற்படும்***
  ***Hidung berdarah****
- **ஈறுகளில் இரத்தப்போக்கு***
  ***Gusi berdarah****
- **அசாதாரண மாதவிடாய் அல்லது யோனி இரத்தப்போக்கு**
  ***Kedatangan haid yang luar biasa atau pendarahan faraj***
- **இருமல் அல்லது வாந்தியில் இரத்தப்போக்கு**
  ***Batuk berdarah, muntah darah***

- **காரணமில்லாமல் உடலில் ஆங்காங்கே இரத்தக் கட்டு ஏற்படும். (அப்படி வீக்கம் ஏற்பட்டால் அந்த இடத்தை உறுவக்கூடாது)( மசாஜ் செய்ய வேண்டாம்)**
  ***Lebam yang tidak diketahui puncanya*** *(Jangan urut lebam tersebut)*
- **சிறுநீரில் இரத்தம் வரும் அல்லது கருமை நிறமாக மாறும்**
  ***Kencing berdarah, atau berwarna gelap***
- **கருமை அல்லது கருப்பு நிறம் கொண்ட மலம்**
  ***Najis berwarna merah, hitam atau gelap***

***30 நிமிடத்திற்கு மேல் நிற்காமல் இரத்தக் கசிவு**
******Pendarahan tidak berhenti selepas 30 minit luka ditekan***

**2. உங்களுக்கு இந்த அறிகுறிகள் தென்பட்டால் மருத்துவரை சந்திக்கவும்.**

***2. Apabila anda mempunyai tanda-tanda berikut: -***

- **மூச்சுத் திணறல்**
  ***Sesak nafas***
- **நெஞ்சு வலி**
  ***Sakit dada***
- **கால்களில் வீக்கம்**
  ***Kaki bengkak***

*தாமதிக்கவோ, சொந்தமாக சிகிச்சை முயற்சிக்கவோ வேண்டாம். உடனடியாக மருத்துவ உதவி பெறுங்கள்.*
*Jangan tunggu atau cuba rawatan sendiri. Dapatkan bantuan perubatan segera.*

## இந்த மருந்தை எடுத்துக் கொள்ளும்போது எனது உணவுப்பழக்கங்களைப் பற்றி நான் என்ன தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்?

## *Apakah yang perlu saya tahu tentang pemakanan saya semasa mengambil warfarin?*

நமது அன்றாட உணவுகளில் பெரும்பாலானவை வைட்டமின் K ஐ கொண்டுள்ளன. வைட்டமின் K இரத்தம் உறைவதில் உதவுவதால், இது வார்ஃபரின் மருந்தின் விளைவுகளை குறைக்கிறது.

*Kebanyakan makanan di dalam pemakanan seharian kita mengandungi Vitamin K. Oleh kerana Vitamin K membantu dalam pembekuan darah, maka Vitamin K boleh mengurangkan kesan warfarin.*

INR மதிப்புகளை பாதிக்கும் வைட்டமின் K உள்ள உணவுகள் மற்றும் உணவுப் பட்டியலுக்கு இணைப்பு 2 ஐப் பார்க்கவும்.

*Sila rujuk **Lampiran 2** untuk senarai makanan berdasarkan kandungan vitamin K dan makanan yang boleh mempengaruhi bacaan INR.*

உங்கள் உணவுப் பழக்கத்தில் பெரிய மாற்றங்களை செய்ய திட்டமிட்டால் (உதாரணத்திற்கு, புதிய டயட் தொடங்குதல் அல்லது தினமும் காய்கறி சாறு குடிப்பது), முதலில் மருத்துவர் / பார்மசி அதிகாரியிடம் அறிவிக்கவும்.

*Jika anda bercadang membuat perubahan besar dalam pemakanan (contohnya mula diet baru atau minum jus sayur setiap hari), maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai farmasi terlebih dahulu.*

**வைட்டமின் K ஆரோக்கியமான, சமநிலை உணவுப் பழக்கத்தில் முக்கியமானது. இந்த உணவுகளை தவிர்க்க வேண்டாம். உங்கள் உணவுப் பழக்கத்தில் வைட்டமின் K அளவை எப்போதும் நிலையானதாக வைத்திருக்க முயற்சிக்கவும்.**

***Vitamin K diperlukan untuk memastikan diet yang seimbang. Jangan hindari daripada makanan yang mengandungi vitamin K, tetapi pastikan jumlah pengambilan yang KONSISTEN di dalam diet anda***

**உங்கள் உணவுப் பழக்கத்தில் பெரிய மாற்றங்களை செய்யாதீர்கள் சீரான, சமநிலை உணவுப் பழக்கம் பின்பற்றுங்கள்**

***ELAKKAN PERUBAHAN KETARA DALAM DIET ANDA MAKAN MAKANAN YANG SIHAT DAN SEIMBANG***

## இதர மருந்துகளை உட்கொள்வது பற்றி நான் என்ன தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்?

## *Apakah yang patut saya ketahui bagi pengambilan ubat-ubatan yang lain?*

வார்ஃபரின் (Warfarin) மற்றும் மருந்துகள்/சாப்பிடும் பொருட்களுக்கிடையிலான எதிர்வினைகள் மருத்துவர் வழங்கிய மருந்தாக இருந்தாலும், தனிப்பட்ட முறையில் வாங்கிய மருந்தாக இருந்தாலும், வார்ஃபரின் பலவித எதிர்வினைகளை ஏற்படுத்தக்கூடும். வார்ஃபரின் சில மூலிகை மருந்துகள் மற்றும் சுகாதார உணவுப் பொருட்களுடனும் (சப்பிளிமெண்ட்) எதிர்வினை ஏற்படலாம்.

*Warfarin mempunyai pelbagai interaksi/tindak balas dengan ubat–ubatan tidak kira ubat yang dipreskrib oleh Pegawai Perubatan mahupun yang dibeli sendiri. Warfarin juga boleh bertindak balas dengan ubat-ubatan herba dan makanan kesihatan tambahan (suplemen).*

மருத்துவரிடம் தகவல் தெரிவிக்க வேண்டும் கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள மருந்துகளை நீங்கள் எடுத்துக்கொண்டால், தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியிடம் தெரிவிக்கவும். உங்கள் வார்ஃபரின் அளவை மதிப்பாய்வு செய்ய தேவையாக இருக்கலாம்.

*Sila maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi jika anda mengambil ubat-ubatan yang disenaraikan di bawah. Dos warfarin anda mungkin perlu disemak semula.*

| **மருந்து வகை** ***Jenis ubat*** | **உதாரணம்** ***Contoh*** |
|---|---|
| வலியை தடுக்கும் மருந்து *Ubat tahan sakit* | aspirin, diclofenac, celecoxib, etoricoxib, ibuprofen, paracetamol, mefenamic acid, naproxen |
| இருதய மருந்து *Ubat jantung* | amiodarone, propranolol |
| எண்டிபயோடிக் *Ubat jangkitan kuman* | amoxicillin, ampicillin, azithromycin, cephalosporins, fluoroquinolones, rifampicin, isoniazid, streptomycin, azole antifungals |
| எண்டி டிப்ரசி *Anti-depresi* | fluoxetine, sertraline |
| வலிப்பு மருந்து *Ubat sawan* | carbamazepine, phenobarbitone, phenytoin, valproic acid |
| ஊட்டச்சத்து / வைட்டமின் *Vitamin/suplemen* | Vitamin C, E, K; CoenzymeQ10 |
| மூலிகை மருந்து *Ubat tradisional/herba* | Aloe vera, St. John Wort, clove Gingko, ginseng, green tea, dong quai, garlic supplements, tongkat ali, turmeric |
| இதரவகைகள் *Lain-lain* | lactulose, omeprazole, simvastatin, rosuvastatin, heparin, ezetimibe |

வார்ஃபரின் மீது பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடிய மற்ற பல மருந்துகள் இன்னும் உள்ளன. எந்தவொரு மருந்தையும் தொடங்குவதற்கு அல்லது நிறுத்துவதற்கு முன், மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியிடம் தெரிவிப்பது மிகவும் அவசியம்.

*Masih terdapat ubat-ubatan lain yang mungkin bertindak balas dengan warfarin. Sila rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sebelum memulakan sebarang pengambilan ubat, vitamin atau suplemen.*

## செய்ய வேண்டியது *SILA* (✓)

- மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரி கூறிய ஆலோசனைப்படி warfarin (வார்ஃபரின்) உட்கொள்ளவும்.
  ***SILA*** *ambil warfarin seperti yang diarahkan*
- இரத்த பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.
  ***SILA*** *lakukan ujian darah seperti yang dijadualkan*
- இந்த புத்தகத்தை ஒவ்வொரு முறையும் மருத்துவர் / பார்மசி அதிகாரியை சந்திக்கும் போது கொண்டு வாருங்கள்.
  ***SILA*** *bawa buku ini setiap kali berjumpa Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi*
- இந்த பதிவேட்டில் உங்கள் INR மதிப்புகளும், வார்ஃபரின் மருந்து அளவுகளும் சரியாக பதிவு செய்யப்பட்டு நிர்ணயம் செய்ய வேண்டும்.
  ***SILA*** *pastikan semua bacaan INR dan dos warfarin anda dicatat dan dikemaskini dalam buku rawatan ini*
- நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ளும் அனைத்து மருந்துகளையும் மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியிடம் மறக்காமல் தெரிவிக்க வேண்டும். எந்த மருந்தையும் உட்கொள்வதற்கு முன், மாற்றுவதற்கு அல்லது, நிறுத்துவதற்கு முன் மருந்துகள், ஊட்டச்சத்து அல்லது மூலிகை மருந்துகள் குறித்து மருத்துவரிடம் அல்லது பார்மசி அதிகாரியிடம் கலந்து ஆலோசியுங்கள்.
  ***SILA*** *maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi tentang semua ubat-ubatan yang anda ambil. Bincang bersama Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sebelum anda mengambil, mengubah atau memberhentikan sebarang ubat-ubatan, suplemen atau produk herba*
- ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கத்தை பின்பற்றவும், பராமரிக்க மறக்காதீர்கள். தினசரி நடவடிக்கைகளில் திடீர் மாற்றங்கள் உங்கள் INR மதிப்பை பாதிக்கும்.

***SILA*** *kekalkan aktiviti yang hampir sama setiap hari kerana perubahan secara mendadak akan memberi kesan kepada bacaan INR anda*

- ஆரோக்கியமான, சமநிலை உணவுப் பழக்கத்தைப் பின்பற்றுங்கள்

  ***SILA*** *kekalkan diet yang sihat dan seimbang*

- நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் அல்லது காயங்கள் அல்லது வழக்கத்தை விட மோசமாக இரத்தப்போக்கு இருந்தால் மருத்துவ அதிகாரியைப் பார்க்க வேண்டும்.

  ***SILA*** *maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda tidak sihat atau mengalami luka/pendarahan yang serius*

- நீங்கள் கருவுற்றிருந்தாலோ அல்லது கரு தரிக்க நினைத்திருந்தாலோ மருத்துவரிடம் ஆலோசிக்காமல் வார்வரின் உட்கொள்ள வேண்டாம்.

  ***SILA*** *maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda mengandung atau merancang untuk mengandung*

- நீங்கள் வார்ஃபரின் எடுத்துக்கொள்கிறீர்கள் என்பதை உங்கள் மருத்துவ அதிகாரி, பார்மசி அதிகாரி மற்றும் பல் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்க மறக்காதீர்கள்.

  ***SILA*** *maklumkan kepada Pegawai Perubatan, Pegawai Pergigian dan Pegawai Farmasi bahawa anda sedang mengambil warfarin*

- Warfarin (வார்ஃபரின்) மருந்து முடிவதற்குள் முன்னர், தொடர்ந்து போதுமான மருந்து இருப்பதை உறுதிப்படுத்துங்கள்.

  ***SILA*** *pastikan bekalan warfarin anda sentiasa mencukupi*

- வார்ஃபரின் மருந்தை சரியான இடத்தில், மற்றும் குழந்தைகள் அணுக முடியாத இடத்தில் வையுங்கள்.

  ***SILA*** *simpan ubat warfarin di tempat yang betul dan jauh dari capaian kanak-kanak*

## செய்யக்கூடாதவை JANGAN (X)

- முன்தினம் மருந்தை உட்கொள்ள மறந்திருந்தால் அதற்காக இன்று இரட்டிப்பாக மருந்தை உட்கொள்ள வேண்டாம்.
  ***JANGAN*** *gandakan dos warfarin anda*
- நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால் அல்லது கர்ப்பமாகும் திட்டம் வைத்திருந்தால், உங்கள் மருத்துவ அதிகாரியிடம் அறிவிக்காமல் வார்ஃபரின் (Warfarin) எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது.
  ***JANGAN*** *mengambil warfarin jika anda mengandung atau merancang untuk mengandung tanpa pengetahuan Pegawai Perubatan*
- வார்ஃபரின் (Warfarin) உட்கொள்ளும் அளவை நீங்கள் சுயமாக மாற்ற வேண்டாம்.
  ***JANGAN ubah dos*** *warfarin anda tanpa nasihat daripada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi*
- நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதாக உணர்ந்தாலும், மருத்துவர் ஆலோசனை இல்லாமல் வார்ஃபரின் (Warfarin) எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்த வேண்டாம்.
  ***JANGAN berhenti*** *mengambil warfarin tanpa nasihat Pegawai Perubatan walaupun anda berasa sihat*
- எந்த மருந்தையும் உட்கொள்வதற்கும் அல்லது நிறுத்துவதற்கும் முன்னர் மருத்துவரிடம் அல்லது பார்மசிய அதிகாரியிடம் ஆலோசனைப் பெற்றுக்கொள்ளவும்.
  ***JANGAN*** *mula atau memberhentikan sebarang ubat sebelum berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi*

- உங்கள் அன்றாட உணவுப்பழக்கம், வாழ்க்கை முறைகள் அல்லது செயல்பாடுகளில் எந்தவொரு திடீர் மாற்றத்தையும் செய்யும் முன், மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியுடன் ஆலோசனைப் பெற மறக்க வேண்டாம்.

  ***JANGAN*** *membuat perubahan mendadak dalam pemakanan seharian gaya hidup atau sebarang aktiviti tanpa berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi*

- ரத்தக்கசிவு ஏற்படக்கூடிய அல்லது காயம், வீக்கம் ஏற்பட வாய்ப்பு அதிகமான விளையாட்டுகளில் ஈடுபட வேண்டாம்.

  ***JANGAN*** *mengambil bahagian dalam aktiviti sukan yang boleh mengakibatkan pendarahan atau meningkatkan risiko mendapat lebam atau kecederaan*

- அதிகப்படியான மதுவை உட்கொள்ள வேண்டாம்.

  ***JANGAN*** *mengambil alkohol secara berlebihan. Mengelakkan pengambilan alkohol adalah pilihan yang lebih selamat*

- காயம் அல்லது வீக்கம் ஏற்படும் அபாயத்தால், மருத்துவர் அல்லது பார்மசி அதிகாரியுடன் ஆலோசனை செய்யாமல் மசாஜ் பெற வேண்டாம்.

  ***JANGAN*** *mendapatkan khidmat urutan tanpa berunding terlebih dahulu dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi untuk mengurangkan risiko lebam atau kecederaan*

# சிகிச்சை வரம்பில் இருக்கும் நேரம்

## *Pencapaian Time in Therapeutic Range (TTR) Pesakit*

| **ஆண்டு**<br>*Tahun* | **TTR**<br>*TTR* | ***அடைவு விகிதம் (≥ 60%)***<br>**Pencapaian (≥ 60%)** |
|---|---|---|
| **E.g. 2020** | **53%** | **அடையப்படவில்லை**<br>*Tidak tercapai* |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

*TTR என்பது INR மதிப்புகள் இலக்கு வரம்பிற்குள் இருக்கும் காலத்தின் சதவீதமாகும்
**TTR adalah peratusan masa bacaan INR dalam julat sasaran*

# நோயாளி சிகிச்சை குறிப்பு
## *Rekod Rawatan Pesakit*

மருந்து வடிவம் / வர்த்தகப் பெயர்/ சகிப்புத்தன்மை இல்லாத மருந்தளவு
*Jenama/dos yang tidak serasi:*

| திகதி *Tarikh* | INR | அளவு (mg) *Dos (mg)* | மருத்துவ சந்திப்பு தேதி *Tarikh Janji Temu* | குறிப்பு *Catatan* |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# நோயாளி சிகிச்சை குறிப்பு

## *Rekod Rawatan Pesakit*

**மருந்து வடிவம் / வர்த்தகப் பெயர்/ சகிப்புத்தன்மை இல்லாத மருந்தளவு**
*Jenama/dos yang tidak serasi:*

| **திகதி**<br>*Tarikh* | **INR** | **அளவு (mg)**<br>*Dos (mg)* | **மருத்துவ சந்திப்பு தேதி**<br>*Tarikh Janji Temu* | **குறிப்பு**<br>*Catatan* |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# நோயாளி சிகிச்சை குறிப்பு
## *Rekod Rawatan Pesakit*

மருந்து வடிவம் / வர்த்தகப் பெயர்/ சகிப்புத்தன்மை இல்லாத மருந்தளவு
*Jenama/dos yang tidak serasi:*

| திகதி *Tarikh* | INR | அளவு (mg) *Dos (mg)* | மருத்துவ சந்திப்பு தேதி *Tarikh Janji Temu* | குறிப்பு *Catatan* |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# நோயாளி சிகிச்சை குறிப்பு

## *Rekod Rawatan Pesakit*

| மருந்து வடிவம் / வர்த்தகப் பெயர்/ சகிப்புத்தன்மை இல்லாத மருந்தளவு *Jenama/dos yang tidak serasi:* |
|---|
| |

| திகதி *Tarikh* | INR | அளவு (mg) *Dos (mg)* | மருத்துவ சந்திப்பு தேதி *Tarikh Janji Temu* | குறிப்பு *Catatan* |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# நோயாளி சிகிச்சை குறிப்பு
## *Rekod Rawatan Pesakit*

மருந்து வடிவம் /
வர்த்தகப் பெயர்/
சகிப்புத்தன்மை
இல்லாத மருந்தளவு
*Jenama/dos yang tidak serasi:*

| திகதி *Tarikh* | INR | அளவு (mg) *Dos (mg)* | மருத்துவ சந்திப்பு தேதி *Tarikh Janji Temu* | குறிப்பு *Catatan* |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

# இணைப்பு 1 / LAMPIRAN 1

## பிராண்ட் பெயர்களின் அடிப்படையில் வார்ஃபரின் மாத்திரையின் அடையாளம்

*Panduan Identifikasi Ubat Warfarin Mengikut Jenama*

1) Coumadin®

1mg 2mg 5mg

2) APO- Warfarin®

1mg 2mg 5mg

3) Orfarin®

3mg 5mg

4) Maforan®

1mg

2mg

3mg

5mg

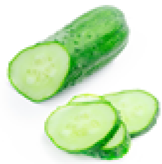
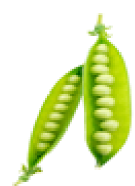
# இணைப்பு 2 / LAMPIRAN 2

## அதிக அளவில் வைட்டமின் "K" கொண்ட காய்கறிகள் அல்லது உணவுகள்

***SAYURAN/MAKANAN YANG TINGGI KANDUNGAN VITAMIN K***

| | | | |
|---|---|---|---|
| ப்ரோக்கோலி *Brokoli* | பாக்கு பாகிஸ் *Paku-pakis* | ப்ரஸ்சல் முளைகள் *Brussel sprouts* | பசலை கீரை *Bayam* |
| கீரை வகை *Daun salad* | முட்டைக்கோஸ் *Kobis putih* | வெங்காயத்தாள் *Daun bawang* | |
| கடற்பாசி *Rumpai laut* | பாகற்காய் *Peria* | கைலான் *Kailan* | சிவ்ஸ் / சுண்டைக்கோஸ் இலை *Daun kucai* |
| மரவள்ளிக் கிழங்கு இலை *Daun keledek* | *கங்குங்* *Kangkung* | சோயா தயாரிப்புகள் *Produk kacang soya* | பயிற்றமுளை *Taugeh* |
| கடுகு கீரை *Sawi Sawi* | ஈரல் (கோழி, மாடு, பன்றி) *Hati (lembu, khinzir, ayam)* | ரோமைன் கீரை *Yau Mak* | |

## வைட்டமின் K குறைவான காய்கறிகள் அல்லது உணவுகள்
### *SAYURAN/MAKANAN YANG RENDAH KANDUNGAN VITAMIN K*

| | | | |
|---|---|---|---|
| முள்ளங்கி<br>*Lobak merah* |  வெள்ளரிக்காய்<br>*Timun (tanpa kulit)* | வெங்காயம்<br>*Bawang* | உருளைக்கிழங்கு<br>*Ubi* |
| தக்காளி<br>*Tomato* | முள்ளங்கி<br>*Lobak putih* | பூகோசு<br>*Bunga kobis* | பச்சை பீன்ஸ்<br>*Kacang buncis* |
| குடை மிளகாய்<br>*Lada benggala* | சோளம்<br>*Jagung* | கத்திரிக்காய்<br>*Terung* | காளான<br>*Cendawan* |
| பூசணிக்காய்<br>*Labu* | செலரி<br>*Saderi* |  பட்டாணி<br>*Kacang peas* | |

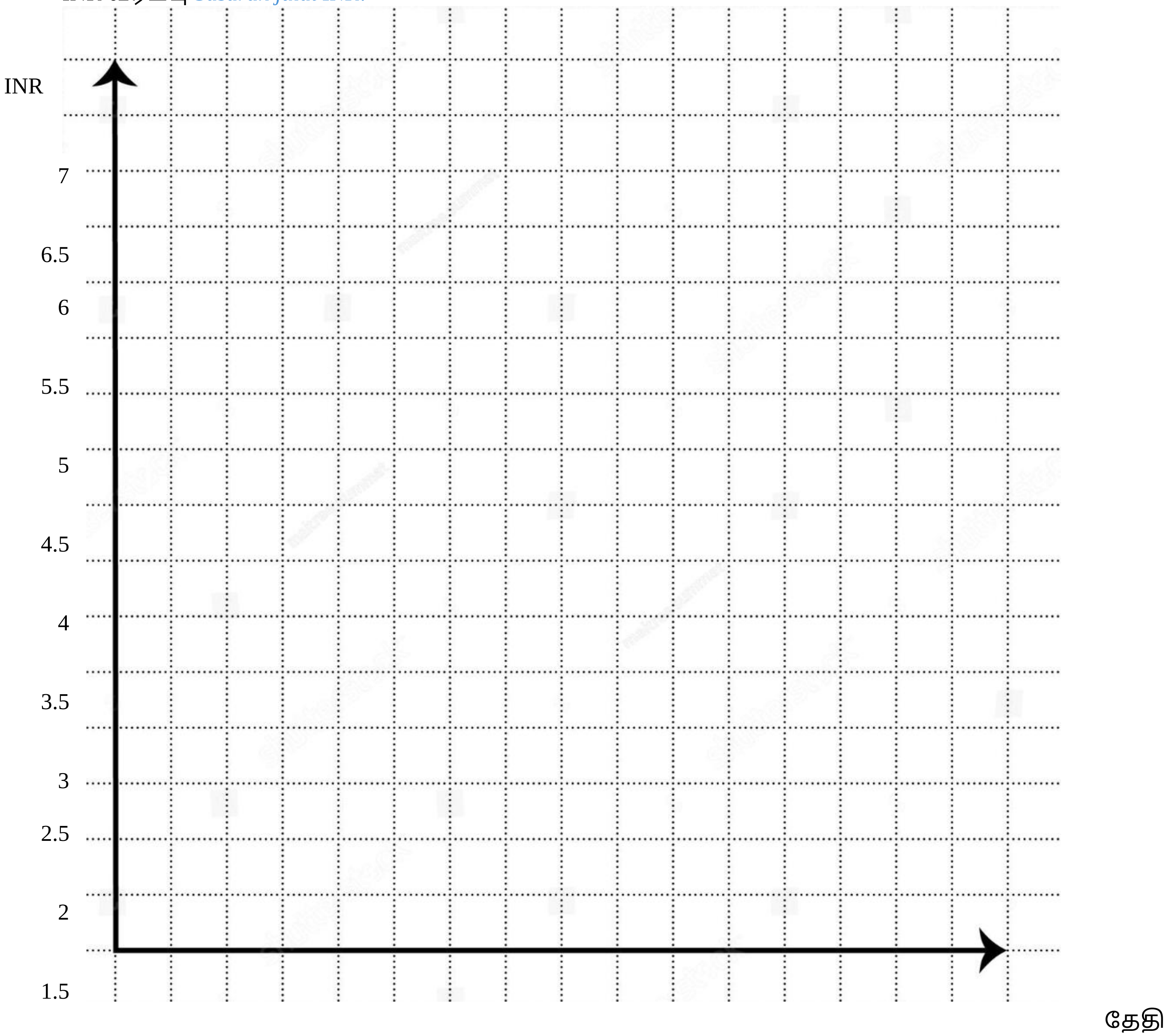
## INR-ஐ பாதிக்கக்கூடிய பழங்கள்

## *BUAH-BUAHAN YANG BERPOTENSI MEMPENGARUHI BACAAN INR*

| | | | |
|---|---|---|---|
| அவகேடோ *Avocado* | பப்பாளி *Betik* | மாம்பழம் *Mangga* | மாதுளை *Buah delima* |
| டுரியான் *Durian* | திராட்சை *Anggur* | கிவி *Kiwi* | ப்ரூன் பழம் *Buah prun* |
| செம்பெடாக் *Cempedak* | க்ராப் ப்ரூட் *Grapefruit* | மங்கோஸ்டீன் *Manggis* | பேரீச்சம்பழம் *Kurma* |
| டுகு/ லாங்சாட் *Duku/langsat* | பெர்ரி வகைகள் *Beri* | பொமலோ *Limau bali* | அன்னாசி *Nanas* |

# இணைப்பு 3 /LAMPIRAN 3: நோயாளியின் INR மாற்றப் போக்கு /*Tren INR Pesakit*

INR வரம்பு *Sasaran julat INR*:

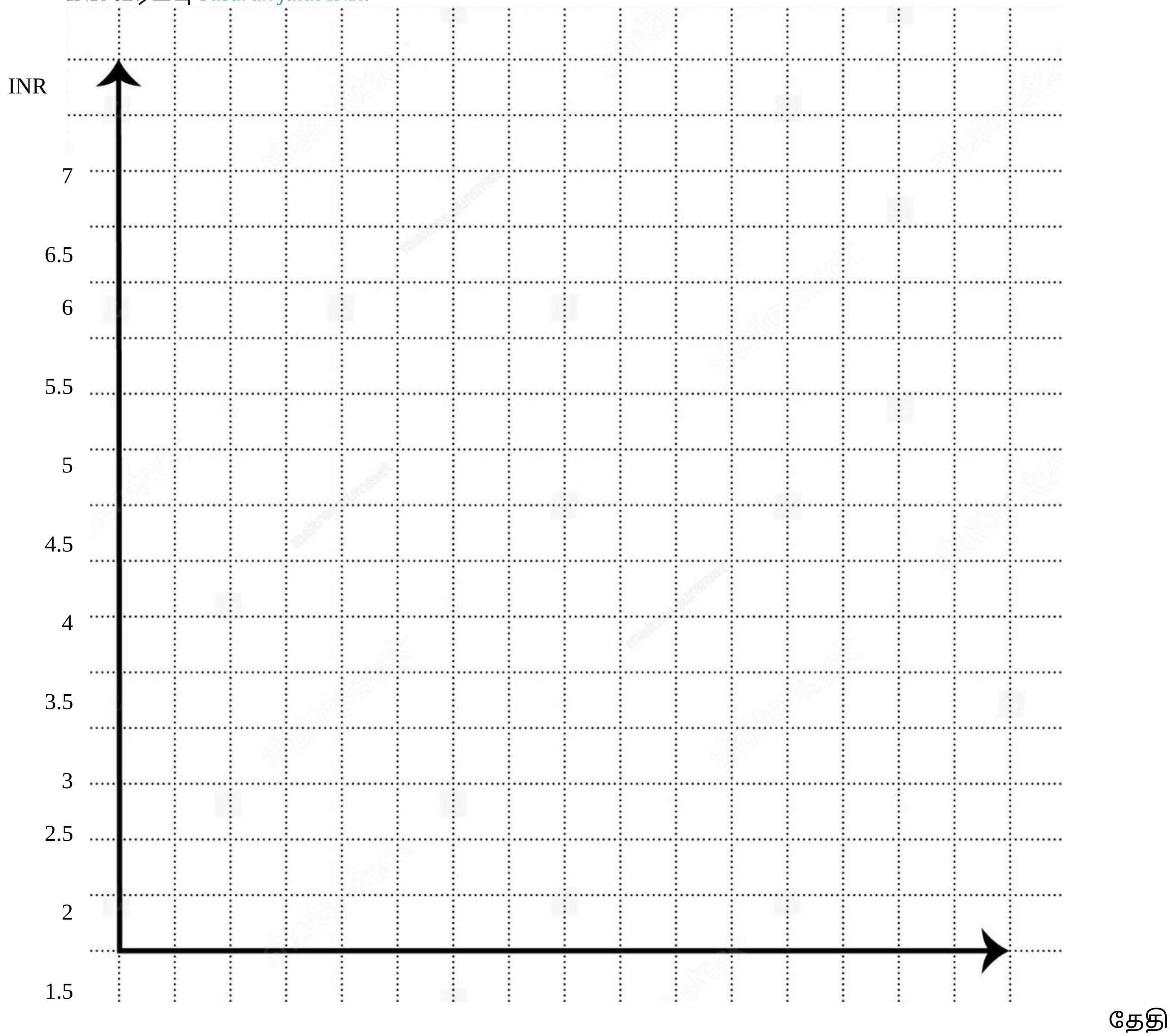



| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| தேதி | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INR | | | | | | | | | | | | | | | | |

- **தேவைப்பட்டால் குறிப்பு எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்** / *Buat catatan jika*

# இணைப்பு 3 /LAMPIRAN 3: நோயாளியின் INR மாற்றப் போக்கு /*Tren INR Pesakit*

INR வரம்பு *Sasaran julat INR:*




| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| தேதி | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INR | | | | | | | | | | | | | | | | |

- **தேவைப்பட்டால் குறிப்பு எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்** / *Buat catatan jika perlu*

# மேற்கோள் /*RUJUKAN*


1. Allina Health System. Foods with Vitamin K. allinahealth.org (2022) [cited on 29 October 2025]
2. American Heart Association. Vitamin K in Foods. (2025) https://www.heart.org/-/media/Files/Health-Topics/Atrial-Fibrillation/warfarin-card.pdf?sc_lang=en [cited on 29 October 2025]
3. British Columbia HealthLink BC. Food Sources of Vitamin K. (2018 Nov 18) https://www.healthlinkbc.ca/sites/default/files/healthyeating/pdf/food_sources_of_vitamin_k.pdf [cited on 29 October 2025]
4. Clot Care Online Resources (2015 June 15) https://clotcare.org/include/vitaminkcontent.pdf [cited on 29 October 2025]
5. Davis A. Chives: Benefits, Dosage, Side Effects, Drug Interactions, and Other Important Information. Nootropics Planet. 2023 Jun 13 https://nootropicsplanet.com/chives/#:~:text=Chives%20contain%20a%20modest%20quantity%20of%20vitamin%20K%2C,warfarin%20and%20reduce%20the%20effectiveness%20of%20the%20treatment. [cited on 29 October 2025]
6. Gan ST, Lim CH, Ooi HS, et al. Sabah Local Fruits Associated with Number of INR Out of Range in Patients with Non-valvular Atrial Fibrillation Receiving Warfarin Therapy: a Retrospective Cohort Study. Malay J Pharm Sci 2024;22(2):11-23.
7. Hansten P & Witickowski AK.Managing oral anticoagulation therapy:warfarin drug interaction.Chapter 4B-7:1-11
8. Kelsey-Seybold Clinic Centralized Pharmacy Anticoagulation Service Quick Reference List https://www.kelsey-seybold.com/-/media/Project/KelseySeybold/KelseySeyboldClinic/PDF/Pharmacy/CPAS/Foods-that-affect-INR.pdf [cited on 29 October 2025]
9. National University Health System. Vitamin K Food List. (2025 May) https://www.nuhs.edu.sg/docs/nuhslibraries/content-document/patient-care/medications/vitamin-k-food-list-malay.pdf [cited on 29 October 2025]
10. University of Rochester Medical Center. Health Encyclopedia. (2025) https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/collection?subtopicid=15124 [cited on 29 October 2025]
11. Zakaria AM. In Vitro Assessment of Coagulation Activities in Human Plasma Treated with Ajwa Dates (Phoenix Dactylifera L.) Extracts. Eprint Universiti Sains Malaysia 2015 Aug.

# குறிப்பு

## *NOTA*

**உங்கள் வார்ஃபரின் (*Warfarin*) சிகிச்சை தொடர்பான முக்கிய குறிப்புகள்**

*Untuk catatan penting mengenai rawatan warfarin anda*

## SEKALUNG PENGHARGAAN

**PENASIHAT**

Zuhaini binti Mukrim
Pengarah
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM

Syahida binti Che Embi
Timbalan Pengarah
Cawangan Penjagaan Farmaseutikal
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM

**PENYUMBANG/EDITOR (mengikut susunan abjad)**

| | |
|---|---|
| Dr. Aliza binti Alias | Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM |
| Chelfi Chua Zhi Fei | Pusat Jantung Sarawak |
| Chow Li Wei | Hospital Raja Permaisuri Bainun |
| Chuah Sim Mei | Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM |
| Fong Chui Wei | Hospital Sultanah Nur Zahirah |
| Jivanraj A/L Nagarajah | Hospital Kuala Lumpur |
| Pathma Devi Shanmughon | Hospital Kuala Lumpur |
| Kam Sin Yoo | Hospital Melaka |
| Karen Wee Lee Fang | Hospital Tuanku Fauziah |
| Lau Yi Vun | Hospital Raja Perempuan Zainab II |
| Nirmala Jagan | Hospital Sultan Idris Shah Serdang |
| Nur Faezah Binti Abd Karim | Hospital Putrajaya |
| Nurul Zati Syaida Bt Abdul Mujib | Hospital Tengku Ampuan Afzan |
| Ooi Kiat Lay | Hospital Sultanah Bahiyah |
| Ooi Soon Choo | Hospital Pulau Pinang |
| Shantini A/P Radhakrishnan | Hospital Tuanku Ja'afar Seremban |
| Dr. Subramaniam Thanimalai | Hospital Sultanah Bahiyah |
| Tan Sze Ling | Hospital Queen Elizabeth II |
| Thanujah A/P Kaisbain | Hospital Sultanah Aminah |

***LANGUAGE REVIEWER***

Dr. Paveenraj a/l R Nagarajah
*National Institutes of Biotechnology Malaysia*

***EXTERNAL REVIEWER***

Vasuki a/p Muniandy
Hospital Tuanku Ja'afar Seremban

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Program Perkhidmatan Farmasi
Kementerian Kesihatan Malaysia

Lot 36, Jalan Profesor Diraja Ungku Aziz,
46200 Petaling Jaya,
Selangor, Malaysia

Tel: 603-7841 3200
Laman sesawang: www.pharmacy.gov.my