

Tablet ahodoṣ (nnuro) a wṓde ma, aberḗ a wṓanya TIA

Anti-platelet anaase anti-coagulant aduro

Mpen pii no, wṓtaa de aspirin ma nnipa ntem pa ara so, eno nti ebia wṓde aspirin ne dipyridamole bema wo mfeε mmienu akyire a woanya TIA no. Se wo ho nnye aspirin a, wṓde Clopidogrel bema wo. Se worefa Warfarin, aduro a ego wo mmogya no mu a, wṓbetaa ahwe wo mmogya mu na wṓahwe sḗdee wofa wo nnuro no da biara.

Mmogya mmorosṓ tablet ahodoṣ

Se dṓkta hu se wo pressure no akṓ soro dodo a, ṓbema wo aduro a ebema pressure no aba fam. Tablet ahodoṣ bebree wṓ hṓ a esa akoma yareε wṓ akwan bebree so.

Cholesterol mmorosṓ tablet ahodoṣ

Se wo mmogya mu cholesterol dodoṣ no dṓṓso a, yḗbḗkyere wo kwan a εwṓ se wofa so na wobre cholesterol no ase. Dṓkta no bema wo aduro bi a wṓfre no statin.

Amanneεbṓ ahodoṣ

Nsesa nnaka no a wo nnuro no wṓ mu no. Kora wo nnuro no wṓ beaε a ne hyew no mmoro 25°C, anaase beaε a εho mḗṓṓεε. Se wṓma wo aduro wṓ TIA klinik na aduro no sa a, εwṓ se abusua dṓkta no hye mmerε a ṓbema wo aduro foforṓ. Se wowṓ nsemmisa bi fa wo nnuro no ho a, bisa famasist no anaase dṓkta no.



South London
Cardiac and Stroke Network

Transient Ischaemic Attack (TIA)

Deen ne TIA?

Wṓtaa fre Transient Ischaemic Attack se 'stroke kumaa' anaase stroke a ano nye den. Ne nsunsansoṣ te se stroke a ano ye den, nanso enkyε – enye obi mmoro dṓnhwere 24 so (mpen pii no, TIA no ye obi beye simma 10 kṓsi simma 20).

TIA nye yareε a εwṓ se wṓbu wṓn ani gu so. Se obi nya TIA a. εkyere se adwen no fa bi nnya mmogya a εhia. TIA yareε ye yareε a ebetumi ama owuo aba, eno nti se obi nya bi a, εho hia se ṓṓhu dṓkta na dṓkta hwe no.

Deen na εma TIA ba?

Ntini akeseε bi wṓ nipa kṓn ho a mmogya fa mu kṓ nipa tiri mu. Saa ntini no paepae mu dane ntini nketewa a εde mmogya kṓma adwene no.

Se mmogya bṓ tṓ wṓ ntini no bi mu, anaase biribi si ntini nketewa no kwan a, TIA yareε no betumi aba. Se ntini no mu bi si a, ebetumi asi mmogya a anka εwṓ se εkṓ adwene no cell ahodoṣ no mu. Se nnoṓma kṓsi mmogya no kwan wṓ ntini no mu, na mmogya nkṓ adwene no mu a, ebetumi ama stroke aba.

Entaa nsi mmom, nanso se pira bi ba onipa adwene mu a, mmogya a εfiri adwene no mu ba no betumi ama TIA yareε no aba.

Se woreka lṓre a

DVLA (adwuma a wṓma lṓre ho license) wṓ nhyehyεε pṓtee a εkyere nnipa a wṓbetumi aka lṓre anaase kar.

Se obi nya TIA anaase stroke a, ṓnni ho kwan se ṓka lṓre biara gye se, yareε no akyire no, bosome baako atwa mu. εwṓ se dṓkta pene so ansa na wafiri lṓreka ase.

Kwan a wobɛtumi abɔ wo ho ban afiri stroke ho

Gyae sigaret nom



Sigaretnom ma ntini tokuro a mmogya nam mu no dane ketewa, na se eba saa a, enkye na mmogya no abɔ tɔ. Eye den se obi betumi agyae sigaretnom, eno nti obi hia mmoa a efa sigaretnom ho a, wobɛtumi akɔhu ne dɔkta na dɔkta no ama no mmoa a efa kwan a wobɛtumi agyae sigaretnom no ho.

Fa w'aduro no

Fa w'aduro no da biara da, na ma wonhwɛ wo pressure no abosome mmiensa biara.



Nni nkyene bebree

Nkyene bebree ma wo mmogya pressure no kɔ soro. Mfa nkyene ngu aduane so, na nni aduane a wɔayɛ no wɔ faktori anaase restaurant a nkyene bebree wɔ mu.



Nni sraɗɛɛ bebree

Te sraɗɛɛ a ɛte se butter so wɔ w'aduanenoa mu. Fa sraɗɛɛ a ɛfiri ahaban nnuane mu anaase sraɗɛɛ a ɛfiri aba mu ye w'aduane. Ntaa mfa margarine anaase butter nye aduane. Nni sraɗɛɛ aduane te se pie anaase pastry.

Woanni koraa no, di aduaba ne nhaban nnuane mpen num dabiara

Wɔayɛ nhwehwemu ahu se, se wotaa di nnuane a nnuaba wɔ mu anaase nhaban nnuane a, eye den se wobɛnya stroke, ɛfiri se, saa nnuane yi bɔ ntini a mmogya no nam mu no ho ban, na ampaepae.



Te nsa a wonom no so. Mpue nkɔnom nsa bebree.

Nsanom bebree ma wo mmogya pressure no kɔ soro. Se wopue na wone wo nnamfo kɔnom nsa bebree a, ɛbetumi ama wo ntini no a mmogya fa mu no bi apae. Wei bɛma woafiri mmogya wɔ w'adwene mu. Se wobɛnom nsa a, na se woyɛ wɔbaa a, nnom nsa mmoro glass baako da biara. Se woyɛ wɔbarima a, nnom nsa mmoro glass baako ne fa da biara. (se eye spirit a, nnom mmoro glass fa; se eye beer nso a (4%), nnom mmoro glass baako ne fa).



Tenetene w'apɔ mu bebree

Se wotaa tenetene w'apɔ mu a, eye den se wobɛnya stroke, ɛfiri se eboa ma ɛte wo mu duro so. Afei nso, ɛbre wo mmogya mmorosok no ase. Se wotaa tenetene w'apɔ mu simma aduasa nna num nnawɔtwe biara a, eboa ma wobɔ wo ho ban firi stroke ho. Se simma 30 dɔkso ma wo a, wobɛtumi atenetene w'apɔ mu simma du, mpen mmiensa da biara da.