

تداخلات غذایی:

بعضی از مواد غذایی منجر به تغییرات اثرات وارفارین و به دنبال آن تغییر در PT خواهد شد ، لذا از مصرف بی رویه آنها خودداری کنید . این دسته از مواد غذایی عبارتند از

مواد غذایی که ویتامین K در آنها به وفور یافت میشود . در سبزیجات برگدارسبز یافت میشود .از جمله کلم بروکلی ، کلم ، کاهو و اسفناج ، اشاره نمود .

مواد غذایی حاوی ویتامین C مانند مرکبات ، گوجه فرنگی مواد غذایی دیگری که باعث تغییرات PT و INR میشود و باید مصرف آنها را تعدیل کرد : جگر ، سویا ، روغن سویا ، الکل ، بستنی میباشد .

داروهای گیاهی : پنجه گربه ، گل مینا ، زنجبیل ، جینسینگ ، فعالیت ضد پلاکت ایجاد میکنند و ممکن است ریسک خونریزی را افزایش دهند .

از مصرف مواد غذایی بالا بیش از حد بپرهیزید .

از هیچ دارویی بدون تایید پزشک استفاده نکنید .

هشدار به خانم ها در سنین بارداری

(۱) جهت جلوگیری از بارداری تا حد امکان IUD استفاده نکنید .

(۲) قبل از مصرف قرص بارداری حتما با پزشک خود مشورت کنید .

(۳) در صورت بارداری ناخواسته حتما پزشک خود را مطلع سازید تا در مورد ادامه و یا تعویض داروی شما تصمیم بگیرد .

(۴) اگر با وجود حاملگی وارفارین مصرف میکنید ، با پزشک معالج خود مشورت نمایید تا دستورات لازم را صادر نماید .

(۵) همزمان با مصرف قرص وارفارین طبق نظر پزشک معالج از شیر دادن خودداری کنید .

در مصرف وارفارین به نکات زیر دقت و توجه به عمل آید :

(۱) مقدار مصرف دارو بستگی به نظر پزشک دارد پس خودسرانه مقدار آن را کاهش یا افزایش ندهید .

(۲) دارو را همیشه در ساعات معینی از روز مصرف کنید .(بهتر است عصرها مصرف شود). در صورت احتمال فراموشی حتما از اعضای خانواده کمک بگیرید .

(۳) بامعده خالی مصرف کنید .

(۴) از مسواک نرم استفاده کنید تا لثه صدمه نبیند .

(۵) آزمایشات دوره ای ادرار و مدفوع را از نظر وجود خون و تست های کبدی که معمولا هر شش ماه یک بار در خواست میشود را در تاریخ معین انجام دهید .

(۶) دور از دسترس اطفال نگهداری شود.

(۷) دارو را در قوطی که از کارخانه آمده نگهداری کنید .

(۸) آزمایش خون را به خاطر فشار کاری و یا هر مشکل دیگری به عقب نیاندازید .

(۹) خود سرانه میزان داروی خود را کم یا زیاد نکنید .

(۱۰) بیماران سالمند ، بیماران با مشکلات روانی ، افراد معتاد به الکل ، بیماران با داروهای مصرفی دیگر مانند آسپرین ، پلاویکس و مسکن ها نیاز به کنترل دقیق تری دارند.

(۱۱) بهترین زمان برای نمونه گیری ۱۲ تا ۱۸ ساعت پس از مصرف آخرین نوبت دارویی میباشد .

(۱۲) هنگام مراجعه به پزشک نتایج آزمایشات قبلی را نیز همراه داشته باشید .

(۱۳) در صورتیکه یک دوز داروی خود را فراموش کردید در صورت یاد آوری آن در آنروز مصرف کنید ولی به هیچ عنوان نوبت بعدی را دو برابر نکنید .

(۱۴) از حداقل ضربه جسمانی بپرهیزید .

پیشنهاد میشود جهت ثبت نتایج آزمایش خود دفترچه ای مانند نمونه تهیه کنید تا در هنگام مراجعه به پزشک همراه خود داشته باشید .

میزان وارفارین تجویز شده	نتایج آزمایش	تاریخ ویزیت	امضای پزشک

هموطن گرامی این پمفلت جهت ارتقای سلامتی شما تهیه و تدوین شده است بعد از مطالعه آن در صورت داشتن هرگونه پرسشی با پرستار و پزشک خود در میان بگذارید .



دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل

مرکز آموزشی درمانی علوی

خودمراقبتی در مصرف وارفارین



تهیه کننده: ناهیدپناهی (سوپروایزر آموزش سلامت)

زیر نظر: دکتر کجی (دکترای داروسازی، مسئول فنی داروخانه)

تأیید کننده علمی: کارگروه علمی بیمارستان

تاریخ تهیه: ۱۳۹۸

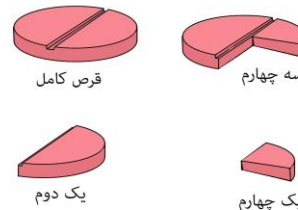
اکنون که ضرورت دارد شما تحت درمان مداوم با داروی وارفارین قرار گیرید، لازم است اطلاعات کافی از مصرف و عوارض آن داشته باشید. این دارو ضد انعقاد خوراکی می باشد. و از تشکیل لخته در داخل عروق یا روی دریچه های مصنوعی قلب جلوگیری میکند. مصرف وارفارین جنبه حیاتی دارد و نباید آن را خودسرانه قطع کرد. که صدمات جبران ناپذیری به جای میگذارد.

آزمایشات خون:

وارفارین رقیق کننده خون میباشد. تاثیر این دارو را آزمایشی بنام پروتربمین (PT) و INR تعیین میکند. تا زمانیکه بیمار در بیمارستان بستری است این آزمایش روزانه یکبار انجام میشود تا دوز مناسب و مورد نیاز قرص وارفارین مشخص شود.

انجام آزمایش PT و INR پس از ترخیص با توجه به دستور پزشک در فاصله زمانی معین و مرتب الزامی میباشد، ضروری است پس از انجام آزمایش جواب بلافاصله به اطلاع پزشک معالج رسانده شود.

نحوه تقسیم کردن قرص



قرص کامل

سه چهارم

یک دوم

یک چهارم

علائم هشدار دهنده افزایش INR و PT

(با بروز این موارد باید به پزشک مراجعه کنید.)

۱. خونریزی از لثه هنگام مسواک زدن
۲. وجود مدفوع سیاه رنگ
۳. خونریزی زیر جلدی
۴. کبودی بی دلیل روی پوست
۵. خونریزی از بینی
۶. خونریزی شدید و غیر طبیعی در دوران قاعدگی
۷. سرفه با خلط خونی
۸. سرگیجه
۹. سردرد شدید مداوم
۱۰. درد، سفتی یا تورم مفاصل
۱۱. استفراغ خونی
۱۲. تب
۱۳. بیماری خاص و هر اتفاق مهم و جدیدی که الگوی زندگی شما را از حالت قبل تغییر داده است.

تداخلات:

به هر دلیل نزد پزشک، دندان پزشک، جراح مراجعه میکنید، یادآوری کنید در حال مصرف وارفارین هستید.

برخی داروهایی که باعث افزایش INR - PT میشود:

آسپرین، بروفن؛ ایندومتاسین، مفنمیک اسید، داروهای ضد قند، سایمتیدین، جمفیبروزل، مشروبات الکلی، هپارین، واکسن آنفولانزا، وراپامیل، متیل دوپا، ویتامین A، ویتامین E.

برخی از داروهایی که باعث کاهش PT-INR میشود.

قرص های ضد بارداری، کاربامازپین، شربت معده، سیگار، ویتامین K