



عنوان ۵۳

نکات آموزشی مراقبت از بیمارانی که وارفارین دارند.



مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی
واحد آموزش بیمار

تدوین

بهار ۱۳۹۲

بازنگری

بهار ۱۴۰۰

وارفارین یک داروی ضد انعقاد می باشد. به عبارتی این دارو از تشکیل لخته در خون جلوگیری می کند و در صورت وجود لخته در خون از بزرگتر شدن آن جلوگیری می کند. اغلب بیماران وارفارین را به عنوان یک رقیق کننده خون می شناسند. اما باید بدانید که خون واقعاً رقیقتر نمی گردد بلکه وارفارین زمان لخته شدن خون را طولانی تر می کند.

قبل از شروع درمان با وارفارین به موارد زیر توجه کنید:

درمان با وارفارین فقط با دستور پزشک انجام میشود.

قبل از شروع درمان با وارفارین موارد زیر را به پزشک خود اطلاع دهید :

حساسیت به وارفارین و یا سایر داروها

حاملگی یا تصمیم به بارداری (وارفارین میتواند باعث مرگ یا نقص جنینی گردد)

سابقه بیماری کبدی، مصرف الکل و میزان آن، اختلالات روانی مثل اختلال حواس ، جراحی اخیر، داشتن سابقه خونریزی معده یا روده و...

- یک جدول درمان با وارفارین که شامل ستون های مربوط به تاریخ،

روز ، مقدار وارفارین دریافتی در آن روز ، نتیجه آزمایش انعقادی و موارد مهمی که در حین درمان با وارفارین اتفاق می افتد مثل بیمار شدن یا مصرف یک داروی جدید یا تغییر عمده در رژیم غذایی در همان روز داشته باشید .

لیستی از تمام داروهای مصرفی خود حتی ویتامین ها ، مکمل ها ، داروهای گیاهی داشته باشید

آزمایش زمان پروترومبین

دوز خطرناک این دارو با دوز اثر بخش آن در بدن بسیار نزدیک است . به همین دلیل وارفارین طبق دستور پزشک مصرف می شود . و با انجام آزمایش مخصوصی بنام زمان پروترومبین اثر آن در بدن کنترل شود. بهترین زمان انجام آزمایش ۱۲ تا ۱۸ ساعت بعد از مصرف دارو است.

قرص وارفارین را چگونه مصرف کنیم؟

- وارفارین به صورت قرص های ۵ میلی گرمی از راه دهان مورد استفاده قرار می گیرد .

این دارو از طریق دستگاه گوارش جذب و وارد خون میشود. وارفارین را باید یک نوبت در روز مصرف کرد. بهتر است قرص وارفارین را هر روز در یک ساعت مشخص مصرف کنید. (بهترین زمان برای خوردن وارفارین پایان روز یا عصرها می باشد) قرص وارفارین را میتوان همراه با غذا یا بدون آن میل کرد. - مقدار وارفارین مصرفی شما ممکن است در طی روزهای مختلف هفته شما تغییر کند . و یا بر اساس میزان آزمایش شما متفاوت و طبق نظر پزشک باشد.

در صورت نخوردن یک نوبت از دارو چه کنیم؟

اگر داروی خود را سر وقت نخوردید، تا ۸ ساعت بعد از ساعت همیشگی دارویتان را می توانید مصرف کنید. اما اگر پس از ۸ ساعت به خاطر آوردید، دیگر مجاز به خوردن آن وعده دارویی نیستید . می بایست در جدول مربوط به وارفارین مقدار دارویی خود را که مصرف نکرده اید، برای آن روز یادداشت کنید . از روز بعد طبق دستور قبلی فقط مقدار داروی مربوط به همان روز را بخورید. ولی در مراجعه بعدی خود به پزشک این موضوع را اطلاع دهید . و به هیچ وجه در زمان فراموشی یک نوبت در نوبت بعد دوز آن را دو برابر نکنید چون باعث خونریزی میشود.

زمانی که وارفارین مصرف میکنید باید از خوردن این داروها بدون تجویز پزشک خودداری کنید:

آسپرین (به استثناء اینکه پزشک خود تجویز کرده باشد) و محصولات حاوی آسپرین هستند. - داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن، ناپروکسن) - سایتمتدین برای سوزش معده

مکمل های ویتامین ای و کا- و هچنین داروها و محصولات گیاهی که به خصوص دارای سیر و زنجبیل هستند- آنتی بیوتیک ها- و داروهای ضد تشنج و آمیودارون- و داروهای کاهش دهنده کلسترول خون

چه تغییراتی در وضعیت سلامت من می تواند بر درمان من با وارفارین تاثیرگذار باشد؟

در صورت بروز علائم زیر به شرط آنکه حداقل ۲ روز ادامه داشت به پزشکتان مراجعه کنید

اسهال ، تهوع ، تب ، تغییر در اشتها، بدتر شدن علائم نارسایی قلب ، عفونت

آیا من باید رژیم غذایی خاصی داشته باشم؟

- نوع رژیم غذایی شما بر میزان اثر وارفارین در بدنتان تاثیر می گذارد. بدون اطلاع به پزشکتان نباید تصمیم به تغییر عمده در نوع رژیم غذایی یا برنامه کاهش وزن داشته باشید.

از مصرف وارفارین هم زمان با میوه و یا سبزیجات زیر پرهیز کنید . این مواد تجمع پلاکتی را کم کرده و احتمال خونریزی را افزایش می دهد. مانند آب گریپ فروت ، پیاز ، سیر ، فلفل قرمز ، زنجبیل و زردچوبه ، کاهو ، اسفناج ، شلغم و سویا باعث کاهش اثر این دارو در بدن می شود.

علائم خفیف خونریزی شامل:

کبودی زودرس و خود به خودی بدن - خونریزی های کوچک از بینی - خونریزی از لثه بعد از مسواک کردن و- طولانی شدن یا شدید شدن خونریزی در دوران قاعدگی

در زمان بروز این علائم نیاز به مراجعه اورژانسی به بیمارستان نیست . فقط آزمایش خود را به موقع چک کرده تا دچار خونریزی های شدید نشوید. در صورت خونریزی شدی نگران نباشید خونسردی خود را حفظ و برای درمان به پزشک یا بیمارستان مراجعه نمایید.