

وارفارين

وارفارين دارویی است که از لخته شدن خون پیشگیری می کند و مانع از بزرگ تر شدن لخته های قلبی می شود. لخته شدن خون می تواند باعث کندی یا توقف جریان خون شود.

لخته ها میتوانند با گیر افتادن در عرق ریه باعث آمبولی ریه، بروز سکته، ناتوانی یا مرگ شوند. لذا درمان سریع مورد نیاز است.

وارفارين در صورتی که به دقت استفاده شود ایمن و موثر خواهد بود.

مصرف بیش از اندازه ی آن می تواند موجب خونریزی و مصرف کم آن می تواند موجب پیدایش لخته های جدید شود لذا میزان دقیق آن بسیار مهم است. مقدار دوز مناسب وارفارين جهت هر شخص توسط تست INR مشخص می شود. INR تستی است که مدت زمان لخته شدن خون را نشان می دهد عدد ای تست در مصرف کنندگان وارفارين بين ۲-۳ می باشد. این عدد هرچه بیشتر باشد احتمال خونریزی و هرچه کمتر باشد خطر لخته شدن افزایش می یابد.

مارک وارفارين مصرفی خود را به خاطر داشته باشید و از مصرف مارک های دیگر خودداری کنید زیرا ممکن است دوز داروها با هم فرق داشته باشد.

خونریزی ناشی از مصرف وارفارين

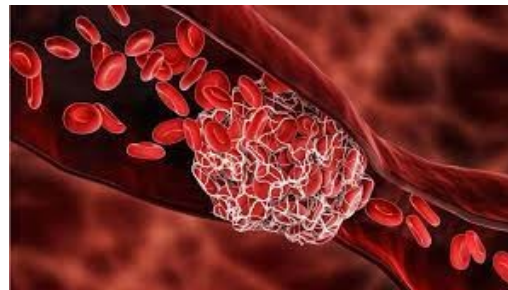
مهمترین عوارض مصرف وارفارين خونریزی می باشد. باید سطح INR در حد نرمال گه داشته شود تا خطر خونریزی کاهش یابد. در ضمن باید نشانه های خونریزی غیر معمول را بدانید. تعدادی از ای علائم عبارت اند از:
-خونریزی های با زمان طولانی مثل خونریزی بینی، لثه، خونریزی ناشی از بریدگی، خراش و...

-کبودی بی دلیل یا کبودی که بی دلیل بزرگتر می شود.
-خلط خونی

-سردرد شدید و سر گیجه

-اجابت مزاج بصورت قرمز یا تیره

-در زمان بریدگی ها ۲-۵ دقیقه زخم خود را فشار دهید. اگر ۲۰-۳۰ بعد هنوز خونریزی وجود داشت به اورژانس اطلاع دهید.



تداخل دارویی در مصرف وارفارين

سعی کنید از دارویی که موجب خونریزی می شوند خودداری کنید مانند آسپرین، ایبوپروفن ناپروکسن و.. همیشه موقع استفاده از داروی جدید این سوال را بپرسید که استفاده آن همراه وارفارين مشکلی نداشته باشد مثل آنتی بیوتیک ها

رژیم غذایی وارفارين

-همزمان با وارفارين از مصرف مکمل ویتامین E خودداری کنید.

-برخی از غذاهای مصرفی حاوی ویتامین K بر عکس وارفارين عمل میکنند. ویتامین K در سبزیجات تیره مانند اسفناج، کلم بروکلی، کلم پیچ... برخی گوشت ها مانند گوشت گاو به وفور یافت میشود. لازم نیست غذایی را از رژیم غذایی خود حذف کنید فقط مقدار ویتامین K مصرفی خود را در سطح یکسان نگه دارید.

-اگر بیش از یک روز حالت تهوع داشتید یا نتوانستید بیش از چند روز غذا بخورید حتما به پزشک مراجعه کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و
درمانی آذربایجان غربی



وارفارین

واحد آموزش

سلامت

۰۴۴-۴۴۲۲۲۲۴۳



-تومورهای مربوط به سر یا بدن

-سردرد های شدید یا سر گیجه

در استفاده از وارفارین باید نهایت سعی تان این باشد که ریسک ایجاد زخم را در بدنتان کم کنید:

-از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده کنید

-هرگونه بریدگی یا خراش را به سرعت تمیز کنید

-مصرف وارفارین در حاملگی ایمن نمی باشد در این صورت باید با پزشک خود مشورت کنید.

-استفاده از وارفارین جهت زنان شیرده فقط تحت

ظرف پزشک باشد.

از انجام ورزش هایی که خطر ایجاد آسیب به شما رادر پی دارد اجتناب کنید. اگر نمی دانید کدام ورزش برای شما خطر بیشتری دارد با پزشک خود مشورت کنید.

کارت مخصوص بیمار

باید کارتی را نام داروها و تاریخ تست INR بعدی نوشته شده همراه داشته باشید.

منبع: داروهای زنریک ایران، چاپ ۲۰۲۰

-ویتامین K را محدود نکنید فقط از مصرف زیاد آن خودداری کنید. چغندر سبز، بروکلی پخته و خام، پیازچه خام، اسفناج، شاهی، کاسنی خام، پیاز سبز، جعفری خام، موسیر ، شلغم پخته و... را سعی کنید با رعایت اعتدال مصرف کنید.



هشدارهای زیر را جدی بگیرید

-قطع مصرف وارفارین قبل از دستور پزشک امکان ایجاد لخته های خونی را افزایش میدهد.

-اگر دوزی را فراموش کردید و زمان زیادی از وقت مصرف آن نگذشته است همان موقع استفاده کنید اما اگر زمان زیادی گذشته است و به زمان مصرف دوز بعدی نزدیک میشوید دوز فراموش شده را دیگر مصرف نکنید.

در صورت ایجاد موارد زیر به پزشکتان اطلاع دهید:

-ایجاد زخمی که به سختی خوب میشود.

صدمات بزرگ به سر یا بدن