



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی
درمانی استان سمنان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی کوثر

آموزش بیمار

وارفارین

تهیه و تنظیم:

زهرا دوستمحمدی

فروردین ۱۴۰۴

K(E.R)EPP۱۱۵/۰۶/۱۴۰۱/۱

وارفارین یک داروی ضد انعقاد می باشد که به منظور جلوگیری از تشکیل لخته خون در بدن استفاده می شود. اشکال دارویی وارفارین : در ایران قرص ۱ میلی گرم جهت استفاده در کودکان و ۵ میلی گرم جهت استفاده در بزرگسالان در دسترس می باشد.

بهترین زمان مصرف وارفارین چه ساعتی در روز است؟

در مورد مصرف وارفارین باید دقت شود که آن را هر روز در ساعت مشخص و ثابتی مصرف کنید. بهترین زمان مصرف وارفارین ساعت شش عصر است

عوارض مصرف وارفارین کدام هستند؟ چگونه می توان از بروز آن کاست؟

شایعترین عارضه مصرف وارفارین، خونریزی از نقاط مختلف بدن است. حتی هنگامی که زمان پروترومبین استاندارد بیمار در محدوده هدف قرار دارد، ممکن است کمی خونریزی مشاهده شود. این خونریزیهای جزئی میتواند شامل موارد زیر باشد :

- خونریزی جزئی لثه در هنگام مسواک زدن • خون
- کبود شدن گاه به گاه • کبود شدن در اثر ضربه آرام • خونریزی ناشی از بریده شدن توسط چاقو یا اشیای تیز
- افزایش حجم و مدت خونریزی ماهانه در خانمها

پس فردی که وارفارین مصرف میکند، باید فعالیتهای روزانه خود را با احتیاط بیشتری انجام دهد و اگر کمی مراقبت کند، میتواند تا حد زیادی از وقوع این عوارض جانبی پیشگیری کند. به عنوان مثال : (۱) از مسواک نرم استفاده کند (۲) همیشه در منزل جوراب و کفش

راحت به پا داشته باشد(۳) در هنگام کار کردن با وسایل تیز و برنده دقت بیشتری داشته باشد.

(۴) از انجام فعالیتهای شدید خودداری کند. (۵) در صورت جراحی حتماً باید به مدت ۵ دقیقه با یک گاز تمیز منطقه جراحی را فشار دهند . (۶) برای جلوگیری از خونریزی بینی بهتر است هفته ای یکبار مخاط بینی با پماد D+A چرب نمایند .

توجه: ممکن است در اثر ضریهای شدید، خونی مشاهده نشود، ولی درون بدن خونریزی اتفاق افتاده باشد. پس بیمار باید مراقب فعالیتهای خود باشد .

اگر دوز وارفارین، بیش از حد نیاز باشد ممکن است فرد را در معرض خطر خونریزی و مشکلات جدی و تهدیدکننده حیات قرار دهد. جهت کاهش این اثرات، میتوان برای فرد، ویتامین k بصورت قرص یا تزریقی استفاده کرد.

این عوارض بصورت زیرمشخص شود :سر درد شدید و ناگهانی ،کاهش سطح هوشیاری ، وجود خون در ادرار یا مدفوع ، قیری شدن رنگ مدفوع ، وجود خون در خلط، درد شدید شکمی ، تورم وکبود شدگی در بافت نرم ومفاصل

تزریقات در این بیماران شرایط خاصی دارد:

- تزریق عضلانی انجام نشود، زیرا احتمال خونمردگی زیاد است.
- اگر لزوم به تزریق باشد، بعد از تزریق به مدت ۱۱ دقیقه ناحیه تزریق را محکم فشار دهید.

نکات مهم در مورد زمان نحوه مصرف دارو:

-مصرف دارو باید منظم و همراه با انجام آزمایش مکرر PT و جواب آن صورت گیرد.
صورتی که دارو را اشتباهاً فراموش کردید بخورید در زمان به یاد آوردن قرص مصرف شود ولی اگر به طور اشتباه مصرف را زیادتر کردید . به یک مرکز درمانی

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:

<http://kosarhos.semums.ac.ir>

آدرس سایت کلینیک بیمارستان:

clinic.semums.ac.ir

منابع: وارفارین دکتر فریبا رایگان ، وارفارین و من دکتر سمیرا ریکنده ، دایره المعارف دارویی خانواده

ویرایش ۱۴۰۳

تداخلات غذایی با وارفارین کدامند؟

ویتامین K دارای نقش متضادی با وارفارین می باشد در بیمارانی که وارفارین مصرف می کنند دریافت زیاد ویتامین K باعث کاهش اثر دارو می گردد.

بنابراین می بایست این بیماران در مورد مصرف این منابع غذایی کاملاً هوشیار باشند به همین دلیل بسیار مهم است که میزان این ویتامین در رژیم غذایی ثابت باقی بماند تا کنترل میزان دارو مشکل نباشد.

یعنی باید از تغییر ناگهانی در میزان دریافت منابع غذایی حاوی این ویتامین جلوگیری نمود . مواد غذایی سرشار از ویتامین K شامل :

سبزیجات پخته شده مانند اسفناج و یا سایر سبزیجات پخته شده مانند خورش قرمه سبزی یا کرفس به میزان نصف فنجان و یک فنجان جعفری خام می باشد.

. مواد غذایی حاوی مقدار متوسط ویتامین K شامل ۱ فنجان سبزیجات خام مانند انواع سبزی خوردن و یک فنجان کاهو یا نصف فنجان مارچوبه و کلم بروکلی پخته شده می باشد .

گریپ فروت ، سویا ، انبه ، عدس ، جگر ، روغنهای گیاهی ، چای سبز منابع غنی از ویتامین K هستند پس درمورد میزان مصرف آنها دقت نمایید .

شما میتوانید با شماره ۰۲۳۳۱۴۲۲۲۳۰ جهت رفع ابهامات تماس حاصل فرمایید .

مراجعه کنید و آزمایش INR یا همان PT را انجام دهید.

در مراجعه به دندان پزشک یا هر نوع جراحی دیگری حتما باید پزشک خود را از مصرف وارفارین مطلع کند.

در صورت مراجعه به بیمارستان حتماً دفترچه بیمه ، جواب آزمایش PT باید همراه بیمار باشد . و میزان INR و قرص مصرفی حتما در داخل آن یادداشت شود.

همیشه اطلاعات ثبت شده خود را به ویژه از ۶ ماه گذشته با خود نگهداری نمایید.

در موارد زیر سریعاً به اورژانس مراجعه شود:

۱- ایجادسانحه یا تصادف شدید

۲- ضربه شدید به سر

۳- در مواردی که قادر به کنترل خونریزی

نباشید.

چه داروهایی با وارفارین تداخل دارد؟

در صورتی که بیمار دارای دریچه مصنوعی باشد مصرف آسپرین با وارفارین ، توصیه میشود .

بهر حال مصرف این دو دارو با هم باید زیر نظر پزشک باشد .

۱- همچنین بهتر است از مصرف اشکال خوراکی و تزریقی داروی مشابه نظیر بروفن ، دیکلوفناک ، مفنامیک اسید ، ایندومتاسین ، کترولاک ، ژلوفن اجتناب شود زیرا ممکن است دچار خونریزی شود.