



## وارفارین



### تهیه و تنظیم:

### واحد آموزش به بیمار

وارفارین (Warfarin) نوعی دارو از گروه داروهای ضد انعقاد خون است که موجب میشود خون راحت تر در رگ ها جریان پیدا کند. این بدان معناست که لخته شدن خون و احتمال رخ دادن بیماری های عروقی را کاهش میدهد و حتی در مواردی باعث جلوگیری از مرگ بیمار میشود.

### موارد تجویز:

- ✓ برای درمان لخته
- ✓ جلوگیری از لخته شدن خون
- ✓ افراد در معرض لخته شدن خون
- ✓ افراد دچار ضربان قلب نامنظم (فیبریلاسیون دهلیزی)
- ✓ بیماران جراحی دریچه های قلب
- ✓ افرادی که دچار اختلالات انعقادی خون نظیر ترومبوفیلی

### چه کسانی نباید وارفارین مصرف کنند؟

۱. اگر فرد نسبت به این دارو یا هر داروی دیگری حساسیت داشته باشد.
۲. اگر فرد در حال اقدام برای باردار شدن است و یا اکنون در دوره بارداری قرار دارد.
۳. فرد مبتلا به مشکلات کبدی یا کلیوی باشد.
۴. بیمار مبتلا به عفونت دیواره قلب یا اندوکاردیت است.
۵. فرد به دلیل بیماری هایی مانند زخم معده در معرض خونریزی قرار دارد.
۶. فرد مبتلا به فشارخون بالا باشد.

### دوره درمان وارفارین

اگر فردی دچار لخته خون در پا شده، احتمالاً یک دوره کوتاه وارفارین به مدت ۶ هفته تا ۶ ماه مصرف خواهد کرد؛ اما اگر وارفارین با هدف کاهش خطر لخته شدن خون مصرف شود، احتمالاً دوره درمان این دارو بیشتر از ۶ ماه و حتی در مواردی مادام العمر باشد.

### آزمایشات بعد از مصرف وارفارین

هدف از مصرف وارفارین این است که خون شما آهسته تر از حالت اولیه خود لخته نشود نه اینکه به طور کامل از لخته شدن آن جلوگیری کرد. بنابراین برای رسیدن به تعادل بایستی دوز وارفارین به دقت کنترل شود و نیز به طور منظم آزمایش خون نرمال شده بین المللی (INR) در فواصل زمانی معین برای بیمار تجویز شود. این آزمایش به پزشک کمک میکند تا سرعت لخته شدن خون را تخمین بزند.

هرچه زمان لخته شدن خون سریعتر باشد شاخص INR بالاتر است. میزان INR برای اکثر افرادی که داروهای ضد انعقاد مصرف میکنند بین ۲ تا ۳.۵ است. اگر نتیجه آزمایش خون مقادیر بالاتر یا پایین تر از حد طبیعی را نشان دهد، دوز وارفارین شما نیز افزایش یا کاهش خواهد یافت.

## عوارض جانبی وارفارین چیست؟

بزرگترین عارضه وارفارین خونریزی است که ممکن است به صورت های زیر نمایان شود و بایستی سریعاً به پزشک اطلاع دهید.

✚ استفراغ خونی، سرفه خونی، مدفوع خونی یا سیاه

رنگ

✚ پریوده های سنگین تر از حد معمول

خونریزی لثه ها هنگام مسواک زدن

✚ خون دماغ شدن مکرر

کبودی پوست

✚ خونریزی زیاد در صورت بریدگی های پوستی

## احتیاطات غذایی در زمان مصرف وارفارین:

غذاهای سرشار از ویتامین K میتوانند بر عملکرد وارفارین تأثیر بگذارند. از این نوع غذاها میتوان موارد زیر را نام برد:

۱. سبزیجات پهن برگ از جمله بروکلی، اسفناج و کاهو
۲. نخود
۳. جگر
۴. زرده تخم مرغ
۵. بعضی از انواع پنیر
۶. آووکادو
۷. روغن زیتون

توجه داشته باشید که غذاهای حاوی ویتامین K را از رژیم غذایی خود حذف نکنید بلکه همواره مقدار مشخص و منظمی از آن ها را در برنامه غذایی خود بگنجانید. با این کار سطح ویتامین K در خون شما نسبتاً ثابت میماند و پایداری انعقاد خون شما را افزایش میدهد.

در زمان مصرف وارفارین آب کرن بری یا گریپ فروت ننوشید. این میوه ها ممکن است اثر وارفارین را تشدید کرده و شما را در معرض خونریزی قرار دهند.

			
سه چهارم قرص	نصف قرص	یک قرص کامل	یک و یک دوم قرص
۷۵/۳ میلی گرم	۲/۵ میلی گرم	۵ میلی گرم	۵/۷ میلی گرم

هنگامی که برای اولین بار مصرف وارفارین را شروع می کنید، هر ۱ یا ۲ روز یکبار آزمایش خواهید داشت. سپس این زمان به یک یا دو بار در هفته تا زمانی که دوز دارو به سطح تعادلی برسد ادامه می یابد. زمانی که نتایج آزمایش خون بیانگر ثبات انعقاد خون باشد، ممکن است فواصل زمانی آزمایشات به هر ۱۲ هفته یکبار برسد. البته اگر داروهای دیگری نیز مصرف می کنید، احتمال افزایش تعداد آزمایشات وجود دارد.

## اگر مصرف وارفارین را فراموش کردیم چه

کنیم؟

اگر یک دوز وارفارین را فراموش کردید، به محض متوجه شدن آن را مصرف کنید؛ اما اگر تا روز بعد به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را صرف نظر کنید و نوبت بعدی را در زمان معمول آن مصرف نمایید.

## هرگز ۲ نوبت وارفارین را

## همزمان باهم مصرف نکنید.

برای اینکه زمان مصرف دارو را از دست ندهید، آلارم گوشی خود را بر روی ساعت مشخص روزانه قرار دهید تا هر روز در زمان مشخص شده مصرف دارو را به شما یادآوری کند.