

وارفارين یک داروی ضد انعقادی می باشد که معمولاً به منظور جلوگیری از ایجاد لخته در بدن افرادی که به بیماریهای قلبی و ریه و عروق خونی مبتلا می باشند تجویز می گردد.



اطلاعات کلی برای مصرف کنندگان:

نحوه مصرف: معمولاً یک بار در روز و در زمان مشابه در هر روز مصرف می شود. (دوز فراموش شده را تنها در صورتی که همان روز به خاطر آوردید مصرف کنید و از دو برابر کردن دوزهای دارو پرهیزید)

دوزاژ: میزان دوزاژ براساس دستور پزشک 2 تا 10 میلی گرم در روز مصرف می شود. (میزان دوز دارو براساس آزمایشات INR و PT اصلاح و تنظیم می شود).

شروع و طول مدت اثر: اثر دارو ظرف 24-48 ساعت شروع می شود و طول مدت اثر دارو 2 تا 3 روز است.

عوارض احتمالی:

1- خونریزی و کبودی

2- درد شکم/ اسهال (ناشایع)

3- تب (ناشایع)

4- بثورات پوستی (ناشایع)

5- یرقان (ناشایع)

6- ریزش مو (ناشایع)

7- بی اشتهايي

8- خون در ادرار (هماچوری)

9- زخم دهان

10- افزایش خونریزی رحمی

• در صورت فراموش کردن مصرف به موقع به محض به یاد آوردن دارو را مصرف کنید، دوز بعدی را براساس برنامه قبلی ادامه دهید.

• اگر دچار بیماری های کبدی مزمن، فشار خون بالا، زخم معده، استعداد به خونریزی های طولانی هستید و یا داروهای دیگری هم مصرف می کنید قبل از مصرف موارد را به پزشک خود اطلاع دهید.

• دارو در حاملگی و دوران شیردهی معمولاً تجویز نمی شود.

• در جراحی ها و یا پروسه های دندانپزشکی ممکن است دارو موقتاً نیاز به قطع داشته باشد، با پزشک یا دندانپزشک خود مشورت کنید.

تداخلات دارویی:

برخی داروها می توانند بر عملکرد دارو تأثیر گذاشته و اثر آن را کم یا زیاد کنند. مهمترین این داروها عبارتند از: آسپیرین، داروهای ضد تشنج، قرصهای خوراکی ضد بارداری، داروهای ضد درد و ضد التهاب غیر استروئیدی (مانند بروفن، دیکلوفناک، ایندومتاسین، ناپروکسن و مفنامیک اسید)، سایمتیدین، برخی داروهای ضد دیابت، برخی آنتی بیوتیک ها، داروهای ضد یبوست و ادرار آور و مصرف الکل. در صورت استفاده از هر کدام از داروهای گفته شده با پزشک خود مشورت کنید. و جهت تسکین درد از استامینوفن استفاده نمایید.

برخی از عوامل به ویژه رژیم غذایی می توانند بر عملکرد این دارو تأثیر گذار باشند:

مهمترین عامل رژیمی که بر عملکرد وارفارين تأثیر گذار می باشد میزان ویتامین K موجود در رژیم غذایی است. زمانی که غذاهای غنی از ویتامین K مصرف کنیم اثر وارفارين کاهش می یابد و وقتی غذاهایی که میزان ویتامین K آنها کمتر است مصرف کنیم اثر وارفارين زیاد شده و احتمال خونریزی بیشتر می شود به همین دلیل توصیه می شود که هر روز مقدار مشابهی از غذاهای حاوی ویتامین K مصرف کنیم و بدون مشورت با متخصص تغذیه و پزشک خود تغییری در رژیم غذایی خود ندهیم.



معمولاً سبزیجات برگ سبز، کلم و کاهو بیشترین مقدار این ویتامین را دارند و از طرفی اکثر میوه جات و غلات از این نظر فقیر می باشند. به همین دلیل سعی کنید که مقدار ویتامین K غذاهای مصرفی خود را محاسبه کنید.

اگر در یک روز از چند غذای حاوی مقدار متوسط این ویتامین استفاده کردید بدانید که مقدار زیادی از این ویتامین را در این روز دریافت نموده اید.

بررسی میزان ویتامین K در گروههای غذایی:

گروه شیر و لبنیات: تمامی فرآورده های لبنی مقدار کمی از ویتامین K دارند. مصرف انواع شیر و پنیر و ماست کم چرب بلامانع است.



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی در بیماران قلبی وارفارین

طبق نظر پزشک معالج آزمایشات را انجام دهید و جواب را جهت تنظیم دوز وارفارین به پزشک معالج اطلاع دهید.

علائمی که باید فوراً به پزشک اطلاع داد

در صورت بروز خونریزی (از مخاط بینی، لثه ها، تورم مفاصل و یا کبودی های بسیار وسیع، سردرد های غیر معمول و تاری دید، استفراغ خونی و مدفوع تیره و سیاه رنگ) سریعاً با پزشک خود مشورت کنید.



شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی در بیماران قلبی وارفارین
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کنندگان علمی	خانم دکتر عابدی
سمت	فارماکولوژیست
تاریخ تهیه	1400
تاریخ بازنگری	1403
نوبت باز نگری-کد پمفلت	اول
PE-FAR-01	

منابع: سایت ویکی پدیا و برونر و سودارث-کتاب ایران فارما

گروه سبزیجات: تمامی سبزیجات برگ سبز مانند اسفناج، کاهو، سبزی خوردن مارچوبه، کلم بروکسل، انواع کلم و گل کلم، بروکلی، شلغم و ... دارای ویتامین K هستند. مصرف سایر سبزیجات مانند کدو و بادمجان و ... آزاد است.

گروه میوه ها: از مصرف میوه های سبز رنگ مانند کیوی و گوجه سبز خودداری شود. انار، انبه و گریپ فروت باعث تغییر در عملکرد وارفارین می شوند از مصرف آن ها خودداری شود.

خوردن گریپ فروت، شلغم و داروی ضد آریتمی (آمیودارون) اثر وارفارین را افزایش می دهد.

گروه نان و غلات: منابع قابل توجهی از ویتامین K نمی باشند مصرف انواع نان و برنج و ماکارونی و بیسکویت و ... بلامانع است.

گروه گوشت: جگر مرغ و گوسفند و گوساله و همچنین دل و قلوه سرشار از ویتامین K می باشد. مصرف سایر انواع گوشت مانند گوشت قرمز، مرغ، ماهی، میگو و تخم مرغ بلامانع است.

روغن ها و چربیها: روغن های کانولا، سویا، مارگارین و مایونزهای تولید شده از روغن سویا دارای ویتامین K هستند. مصرف روغن ذرت و آفتابگردان در حد مجاز منعی ندارد.

شیرینی جات و دسرها: هیچ منعی ندارند.

داروهای گیاهی و عصاره های گیاهی: برخی از عصاره های گیاهی مانند چای سبز و زنجبیل با وارفارین تداخل دارند قبل از مصرف هرگونه داروی گیاهی حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

نکات مهم

- دارو را مطابق دستور پزشک مصرف نمایید.
- انجام آزمایش جهت تنظیم دوز وارفارین و پیشگیری از عوارض مانند خونریزی بسیار با اهمیت است. حتماً در فواصل زمانی مشخص