

## بیمار عزیزی که قرص وارفارین برای شما تجویز شده است لطفاً به نکات مهم گفته شده، هنگام استفاده از این دارو توجه کنید.

وارفارین یک داروی رقیق کننده خون و جلوگیری کننده از خطر تشکیل لخته خون می باشد. اگر لخته ای وجود داشته باشد وارفارین آن را حل نمی کند بلکه از بزرگ شدن آن جلوگیری می کند. این دارو به صورت قرصهای صورتی رنگ ۵ میلی گرمی وجود دارد. توجه کنید که این قرص را با توجه به نظر پزشک و حتما طبق مقداری که تعیین می شود و با کنترل آزمایش pt مصرف شود.

مقدار جذب ویتامین K در عملکرد قرص وارفارین تاثیر می گذارد. منابع غذایی که بیشترین میزان این ویتامین را دارا می باشند، سبزیجاتی هستند که برگهای سبز تیره دارند. شما باید در مصرف سبزیجات با برگهای روشن و تیره تعادل ایجاد کنید یعنی این طور نباشد که در یک هفته از سبزیجات سبز تیره به مقدار زیاد مصرف کنید و در هفته بعدی اصلاً مصرف نکنید. تا زمانی که مصرف ویتامین K در رژیم غذایی شما ثابت باشد، وارفارین نیز همراه با آن در حال تعادل خواهد بود. این نوع غذاها برای سلامت قلب مفید هستند و دارای مقادیر زیادی فیبر می باشند که برای معده و روده مفید می باشد.

اگر تغییری در جذب ویتامین K مشاهده شود INR شما نیز تغییر خواهد یافت. باید به طور ثابت استفاده کنید تا قرص وارفارین موثرتر باشد.

### سبزیجات سرشار از ویتامین K:

کلم، کلم بروکلی، اسفناج، کاسنی، شلغم، خردل، کاهو، کلم، کلم پیچ، گل کلم (اگر چه سفید است اما از همان خانواده کلم بروکلی است).

## لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

۱- احتمال خونریزی در طی مدت درمان با این دارو زیاد است. در صورت بروز علائم زیر پزشک خود را مطلع سازید:

ادرار خونی یا قهوه ای رنگ - مدفوع سیاه یا قرمز روشن - لکه های خون مردگی روی هر قسمت از بدن، بدن، افزایش وزن غیر عادی، زردی چشم ها یا پوست .

۲- اگر دچار خونریزی کم می باشید (مثلاً خونریزی از بینی یا لثه ها که ظرف چند دقیقه متوقف می گردد) با مرکز درمانی خود تماس بگیرید. باید میزان INR شما چک شود.

۳- اگر دچار خونریزی زیاد بودید (مثلاً استفراغ خونی یا خون دماغی که بند نمی آید) به نزدیکترین اورژانس موقعیت خود مراجعه نمایید. این خود علامتی از یک مشکل جدی است.

۴- اگر دچار هر گونه ضربه شده اید (مثلاً تصادف یا زمین خوردن) به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید.

۵- قبل از شروع درمان و نیز در طی درمان باید بر اساس نظر پزشک جهت بررسی PT (پی تی) به آزمایشگاه مراجعه نمایید. PT یک آزمایش ساده برای بررسی زمان انعقاد خون است و مصرف وارفارین بر اساس آن تعیین می شود .

۶- PT ممکن است با مصرف رژیم پر چرب، چای سبز، افزایش مصرف غذاهای حاوی ویتامین K مثل کاسنی، خردل، کلم بروکلی، کلم پیچ، گل کلم، شلغم تازه، کاهو، اسفناج، ماهی و جگر کاهش پیدا می کند. سبزیجاتی که ویتامین k کمتری دارند:

حبوبات سبز، نخود فرنگی، هویج، سیب زمینی، کرفس، ذرت، خیار، بادمجان، گوجه فرنگی، فلفل و کدو سبز.

توصیه ما این است که رژیم غذایی خود را حتی الامکان ثابت نگهدارید. یعنی هر هفته به یک میزان از سبزیجات استفاده نمایید .

۷- PT ممکن است به علت تب، سوء تغذیه، اسهال و قرار گرفتن طولانی در هوای گرم، طولانی شود .

۸- بهتر است جواب آزمایش PT و تاریخ انجام آزمایش را در دفترچه های یادداشت کرده و در هر بار مراجعه به پزشک، همراه داشته باشید.

## آموزش به بیمار و خانواده :

۱- سعی کنید داروی خود را همیشه از یک کارخانه داروسازی تهیه کنید.

۲- قرص های وارفارین دور از نور و رطوبت نگهداری شود.

۳- اگر پس از مصرف وارفارین، مبتلا به لکه های پوستی شدید، پزشک خود را از آن باخبر سازید.

۴- در دوران بارداری وارفارین باید با صلاح دید پزشک مصرف شود.

۵- مصرف سیگار با عملکرد صحیح دارو تداخل دارد.

۶- در صورت تزریق واکسن آنفلوآنزا اثر وارفارین را کم می کند و تا یک ماه پس از تزریق واکسن، خطر خونریزی وجود دارد .

۷- بدون تجویز پزشک از آنتی اسیدها، آنتی هیستامین ها و آسپرین استفاده نکنید.

۸- حتماً وارفارین را به مقداری که پزشک برای شما تجویز نموده است مصرف نمایید.

۹- حتماً هر چند گاه یکبار در فواصلی منظم طبق نظر پزشک معالج میزان INR را چک کنید.

### نکاتی دیگر:

حتماً یک رژیم غذایی معمولی و متعادلی را برای خود در نظر بگیرید طوری که از میزان ثابتی از ویتامین K برخوردار باشد.

حتماً پزشک خود را نسبت به هر گونه داروی دیگر و مکمل های گیاهی یا تغذیه ای که مصرف می نمایید، مطلع سازید.

حتماً در هر جایی که از خدمات پزشکی یا دندانپزشکی استفاده می نمایید، مصرف وارفارین خود را اطلاع دهید.

حتماً از یک کارت هشدار دهنده پزشکی در جهت یادآوری مصرف وارفارین استفاده نمایید.

حتماً تمديد نسخه خود را بر اساس تجویز پزشک خود انجام دهید.

در صورت بروز هر گونه سابقه ای از علائم خونریزی یا سایر علائم حتماً پزشک خود را مطلع سازید.

## بسمه تعالی



## راهنمای مصرف وارفارین (کومادین)



کمیته آموزش به بیمار

### داروهایی که اثر وارفارین را زیاد می کنند :

آندروژن	Zileuton	اتانل	مشتقات فیبریک اسید	Zafirokast
Imatirib	Exenatide	Etoposide	مشتقات سولفانامید	کورتیکواستروئید سیستمیک
سایر کوآگولانها	SSRIs	3Omega	داروهای NSAID	Torse mide
رانیتیدین	کینولون ها	Orlistat	تری سیکلیک های ضد افسردگی	مشتقات تتراسیکلین
اپورکتین	آمیودارون	آلوپورینول	استامینوفن با دوز بالاتر از ۱/۳ گرم و بمدت بیش از یک هفته	
کینیدین	پنتوکسی فیلین	پروپوکسیف ن	اریترومایسین و سایر ماکرولیدها	استاتین ها بجز آتورواستاتین
ویتامین E	تاموکسیفن	سالسیلاتها	Thyroid products	عوامل ترومبولیتیک
پلاویکس	سایمتیدین	سفالوسپورید ن ها	داروهای ضد قارچ آزول (فلوکونازول ،امیتراکونازول،میکونازول موضعی و ...)	
پروپوفان	فنی توفین	مترونیدازول	مهارکننده های پمپ پروتون (مثل امپرازول ،لاتروپرازول ،اسموپرازول )	
فلوراسیل	گلوکاغون	فلوراسیل	متیل فنیریت	Imatirib فنوفیبرات

### تذکر مهم:

قبل از شروع هر دارو حتماً برای جلوگیری از تداخلات

داروی جدید با وارفارین، جدول های این برگه را به

پزشک خود نشان دهید.

وارفارین را حتما هر روز و در ساعتی مشخص (بهتر است عصرها باشد) و با شکم خالی مصرف نمایید.

در صورتیکه یک نوبت مصرف داروی وارفارین را فراموش نمودید، هرگز در نوبت بعدی دو برابر مصرف ننمایید .

بدون هماهنگی با پزشک خود، هرگز مقدار وارفارین را تغییر ندهید.

### هرگز الکل مصرف ننمایید.

### و در آخر اینکه :

درد ناگهانی در ناحیه شکم اطلاع داده شود. زیرا ممکن است نشانه اولیه خونریزی در ناحیه شکم یا روده ها باشد.

### داروهایی که اثر وارفارین را کم می کنند:

چای سبز اثر آنتی کوآگولان وارفارین را کم ولی بقیه عوارض آنرا زیاد می کند		Bile acid	Bile acid sequestrant
Ritonavir	Darunavir	Nafcillin	Peginterferon a2b
Efavirenz	Bosentan	Phytonadi	مشتقات Rifampycin
کاربامازپین	آزاتیوپرین	داروهای ضد تیروئیدی	باربیتوراتها
سوکرافیت	مرکاپتوپورین	گریزوفولونین	استروژن و محصولات ضد بارداری استروژنی