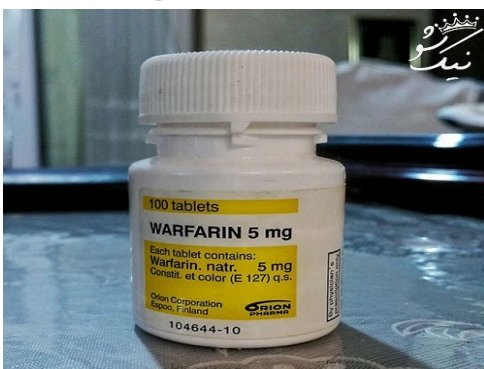


وارفارین



تایید کننده:

دکتر قادرزاده

متخصص داخلی

تهیه کننده:

سلیمان پوررشید

سوپروایزر آموزش سلامت

جلیل عثمانی

سرپرستار داخلی مردان

کد سند: HEUBQH 126/12

تاریخ تدوین: 20/11/1402

واحد آموزش پرستار و پیگیری:
438

4 - 04446230701

۱۶- مصرف ویتامین K را محدود نکنید فقط از مصرف زیاد آن خودداری کنید و مصرف را متعادل کنید یعنی این طور نباشد که در یک هفته از این سبزیجات خصوصا سبزیجات با برگ های سبز تیره به مقدار زیاد استفاده کنید و در هفته بعد اصلا مصرف نکنید. این ویتامین در چغندر سبز، کلم و کلم بروکلی، کاهو، پیازچه خام، اسفناج، شاهی، کاسنی خام، پیاز سبز، جعفری خام، موسیر، شلغم، خردل، گشنیز، پوست خیار، کیوی، روغن دانه سویا، کشمش، چای سبز و زنجبیل، جگر، دل و قلوه یافت می شود.

۱۷- ماست پروبیوتیک اثر قرص را کم می کند.

۱۸- زرد چوبه، سیر و پیاز اثر وارفارین را زیاد می کنند. (بیشتر از یک حبه سیر و یک عدد پیاز متوسط در شبانه روز مصرف نکن)

۱۹- هنگام حاملگی وارفارین نباید مصرف شود. در صورت تمایل به بچه دار شدن، حتما خانم ها با پزشک خود مشورت نمایند.

۲۰- جهت جلوگیری از بارداری حدالامکان از IUD استفاده نکنید.

⇐ داروهای ژنریک ایران همراه با اقدامات پرستاری،

محمد آگون، انتشارات نور دانش

⇐ داروهای ژنریک ایران، دکتر رامین خدام، نشر دیباج



۱۳- بدون دستور پزشک از مصرف خودسرانه داروهای شیمیایی و گیاهی، شربت معده و آنتی هیستامین خودداری کنید، چون ممکن است اثرات وارفارین را زیاد یا کم کنند.

اثر وارفارین را زیاد می کنند		اثر وارفارین را کم می کند
استامینوفن	آسپرین	آزاتیوپرین
آلوپورینول	آمیودارون	دارو تیروئید
دیکلوفناک	ژلوفن - بروفن	کاربامازپین
فلوکستین	سیتالوپرام	ویتامین K
کلوفیرات	مترونیدازول	فنوباریتال
اریترومایسین	فلوکونازول	هالوپریدول
کلوپییدوگروول	(پلاویکس)	ضد بارداری
سیپروفلوکساسین	آزیترومایسین	نفسیلین
تاموکسیفن	تولونامید	ریفامپین
دی سولفیرام	تریمتوپریم	گلو تتامید
آنتی هیستامین	ویتامین E	گریزوفولین

۱۴- سیگار با عملکرد صحیح دارو تداخل دارد و مصرف مشروبات الکلی اثر وارفارین را کم می کند.

۱۵- انار، انبه و گریپ فروت باعث تغییر در عملکرد وارفارین می شود. در خوردن آنها افراط نکنید.

وارفارين يا کومادين چيست؟

اين دارو خون را رقيق مي کند و مانع از لخته شدن خون شما مي شود و کمک مي کند که خون راحت تر در داخل رگ ها جريان پيدا کند. مصرف بيش از اندازه وارفارين مي تواند موجب خونريزي و مصرف کم آن مي تواند موجب پيدايش لخته هاي جديد شود.

طريقه استفاده از وارفارين

- 1- بهترين زمان مصرف اين دارو ساعت ۵ تا ۸ عصر است.
- 2- دارو را ترجيحا با معده خالي و همراه يك ليوان آب مصرف كنيد تا جذب بهتري داشته باشد.
- 3- هر روز سر ساعت معين دارو را مصرف و در يك تقويم علامت بگذاريد تا شك به خوردن يا نخوردن آن نكنيد. در صورتی فراموشي، اگر از زمان مصرف کمتر از ۸ ساعت گذشته است دارو را بلافاصله مصرف كنيد در غير اين صورت مقدار داروي بعد را دو برابر نكنيد.
- 4- اين دارو را در قوطي خود، در دمای اتاق و دور از نور، رطوبت، حرارت و دسترس اطفال نگه داريد. درب قوطي را پس از مصرف بخوبي ببنديد و سعی كنيد داروي خود را هميشه از يك کارخانه داروسازی تهیه و خريداري كنيد.
- 5- قرص وارفارين تاريخ گذشته را مصرف نكنيد.

يك کارت شناسايی که نشان دهد وارفارين مصرف می کنید؛ همراه خود داشته باشید.

میزان مصرف توسط پزشک معالج و بر اساس آزمایش خون PT و INR مشخص می شود. بدون دستور پزشک دارو را قطع نکنید.

آزمایش خون PT و INR چیست؟

اين آزمایش میزان رقيق شدن خون شما توسط وارفارين را نشان مي دهد. میزان عادی INR حدود ۱ است. هر چه اين عدد بالاتر باشد نشان دهنده اين است که خون شما رقيق تر شده است. پزشک شما میزان INR مورد نظر را برای شما مشخص مي کند. اين میزان بسته به بيماری شما متفاوت است ولي اکثر اوقات عدد ۲ تا ۳ مد نظر است. اين آزمایش ابتدا زود زود بايد انجام شود ولي بعد از اينکه میزان PT و INR در محدوده مورد نظر پزشک قرار گرفت و مقدار مناسب دارو تعيين شد، کمتر به تکرار آزمایش خون نیاز خواهد بود. طبق دستور و به موقع آزمایشات را در يك آزمایشگاه معتبر انجام دهيد و جواب آن را به پزشک خود نشان دهيد. بهترين زمان برای نمونه گيري خون ۱۲ تا ۱۸ ساعت پس از مصرف آخرين نوبت دارویی است.

6- احتمال خونريزي در مدت درمان با اين دارو زياد است از انجام ورزش های سنگين و فعاليت های بدنی سخت که بدن را در معرض ضربه و آسیب قرار می دهد؛ خودداری كنيد و در صورتی که دچار هر يك از علايم زیر شده ايد به اورژانس يا پزشک معالج مراجعه كنيد:



- درد يا تورم شکم، بی حسی در هر قسمت از بدن، خونريزي طولانی مدت در محل بریدگی ها، کبودی، تورم و قرمزی و سفتی ناحیه ای از بدن بدون ضربه، خون دماغ مکرر و طولانی، خونريزي از لثه ها به دنبال مسواک زدن، قرمزی يا سياه شدن مدفوع و ادرار کدر يا تيره و ادرار کردن مشکل و دردناک، خونريزي شديد و غير عادی عادت ماهيانه، سرفه خونی يا خلط همراه با رگه های خونی، استفراغ خونی، زردی چشم يا پوست، سردردهای شديد و سرگیجه، گیجی و ضعف شديد
- 7- استفاده از خلال دندان ممنوع، از مسواک نرم استفاده كنيد.
 - 8- از ريش تراش برقی به جای تیغ و ژيلت استفاده كنيد.
 - 9- در هنگام کار با ابزار تيز و برنده دقت بيشتری داشته باشيد و از دستکش محافظ استفاده كنيد.
 - 10- هنگام مراجعه به دندان پزشک يا ساير پزشکان ديگر، مصرف وارفارين را به آنها اطلاع دهيد.
 - 11- از دستکاری و کندن جوش، زگیل و خال خودداری كنيد.
 - 12- از تزريقات عضلانی خودداری كنيد.