

وارفارين چیست ؟

وارفارين يك داروی ضد انعقاد خون است كه جهت پیشگیری از لخته شدن خون در بعضی از بیماری های قلبی ، مغزی و ریوی طبق دستور پزشك مورد استفاده قرار می گیرد . در حقیقت وارفارين كمك می كند كه خون شما راحت تر در بدن گردش كند و لخته نشود .



چرا وارفارين مصرف می كنم ؟

مواردی از جمله :

- نامرتبی ضربان قلب (فیبریلاسیون قلبی)
- تعویض دریچه قلبی و جایگزینی آن با دریچه مصنوعی
- نارسایی شدید قلبی
- زمانی كه در پاها یا ریه های شما لخته به وجود آمده یا احتمال پیداشدن لخته وجود دارد .

وارفارين به صورت قرص های صورتی رنگ ۵ میلی گرمی موجود می باشد كه ممكن است شما به میزان يك چهارم ، يك سوم ، يك دوم و يا بیشتر نیاز داشته باشید .

قرص وارفارين با نام تجاری coumadinR نیز موجود می باشد. این دارو چون صورتی رنگ است و شبیه برخی داروهای قلبی دیگر مثل نیتروكانتین می باشد بهتر است در جعبه یا بسته جداگانه نگه داری شود .

در هنگام مصرف این دارو چه تستی نیاز به انجام است؟

برای تعیین مقدار وارفارين مصرفی نمونه خون شما برای آزمایش PT/INR استفاده می شود . این آزمایش بسیار مهم است و باید طبق نظر پزشك در زمان های مشخصی برای تعیین دقیق تر میزان داروی شما انجام شود ؛ بنابراین هیچ يك از نوبت های آزمایش خون را فراموش نكنیدو پزشك را از جواب آزمایش خود مطلع كنید .

INR طبق نظر پزشك باید بین ۲-۳ نگه داشته شود . حتماً^۱ از يك آزمایشگاه ثابت برای اندازه گیری PT/INR خود استفاده كنید.



نكته دیگر این است كه جهت تنظیم دقیق دارو ، اطلاعات مربوط به آزمایش INR و مقادیر مصرف وارفارين را در يك دفترچه به صورت منظم یادداشت كنید .

ردیف	تاریخ مراجعه	مراجعه بعد	INR	PT	دوز وارفارين

در هنگام مصرف این دارو چه نکاتی را باید رعایت كنم

۱- دارو را در ساعت مشخصی از روز (ترجیحاً عصرها) مصرف كنید . با كوك كردن يك ساعت می توانید از فراموش كردن دارو جلوگیری كنید .



۲- در صورتی كه در يك روز فراموش كردید دارو را مصرف كنید به محض به یاد آمدن آن نوبت را مصرف كنید ولی اگر نزدیک مصرف نوبت بعدی وارفارين می باشد دوز فراموش شده را مصرف نكنید و برنامه عادی مصرف وارفارين خود را به صورت منظم ادامه دهید . (هرگز مقدار مصرف بعدی را ۲ برابر نكنید) . اگر بیش از دونوبت از دارو را فراموش كردید ، با پزشك خود تماس بگیرید .

۳- مقدار مصرف دارو را خودسرانه زیاد یا كم نكنید .

۴- يك برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید كه نشان دهد وارفارين مصرف می كنید .

۵- سعی كنید حداقل ذخیره مصرف چندروزه داروی خود را به همراه داشته باشید به خصوص در مسافرت .

۶- از مصرف مشروبات الكلی بپرهیزید و در صورت ترك سیگار به پزشك اطلاع دهید ، زیرا ممكن است دوز دارو نیاز به تغییر داشته باشد .

۷- در صورت مراجعه به دندانپزشك و یا دیگر پزشكان آنها را از مصرف داروی وارفارين مطلع كنید .



۸- خانم ها در طول مصرف وارفارين باید از بارداری جلوگیری كنند . در صورت بارداری ناخواسته و یا تصمیم به باردار شدن حتماً^۲ پزشك خود را مطلع كنید . شیردهی در حین مصرف وارفارين منعی ندارد .

۹- بیشتر مراقب خود باشید .

- از خلال دندان استفاده نكنید و مسواك نرم را برای مسواك زدن انتخاب كنید .

- از ماشین ریش تراشی به جای تیغ ریش تراش استفاده كنید .

- حتی الامكان از كار كردن با وسایل نوک تیز و برنده خودداری كنید . هنگام كار كردن با این وسایل دقت بیشتری داشته باشید .

- همیشه در منزل جوراب به پا داشته باشید و از پابرهنه راه رفتن خودداری كنید .

- از انجام فعالیت های شدید و ورزش های سنگین بپرهیزید .

- جهت دفع مدفوع به خود فشار وارد نكنید و با استفاده از میوه جات ، سبزیجات تازه ، انجام فعالیت های ورزشی مجاز (پیاده روی و شنا) و مصرف میزان کافی مایعات از بروز یبوست جلوگیری كنید .

- جهت تخلیه بینی فشار زیادی وارد نكنید .

- دارو را دور از دسترس كودكان، در بطری های تیره و در بسته ، دور از گرما ، نور آفتاب و رطوبت و در دمای ۳۰-۱۵ درجه نگهداری كنید .

چه مدت نیاز است وارفارين مصرف كنم؟

در برخی از بیماری ها مصرف وارفارين برای مدت کوتاهی از ۴ هفته تا ۶ ماه است ولی در برخی بیماری های دیگر شاید نیاز باشد بیمار تا آخر عمر دارو مصرف كند . بنابراین هیچ گاه بدون مشورت پزشك خود مصرف دارو را قطع نكنید .

در هنگام مصرف دارو با چه عوارضی ممكن است مواجه شوم؟

- خونریزی
- بروز دانه های قرمز رنگ روی پوست
- اختلالات كبدی و یرقان
- تهوع ، استفراغ ، بی اشتهاپی ، اسهال
- كهیر ، خارش و ریزش مو
- سردرد و تب
- از داروهایی مثل ایبوپروفن ، ژلوفن ، ديكلوفناك ، ناپروكسن ، مفنایمك اسید و ایندومتاسین برای تسكین درد پرهیز كنید .
- درصورت نیازبه مسكن فقط استامینوفن ساده استفاده كنید .

نكته :

مصرف این دارو باید با دقت فراوان انجام شود ، زیرا هرگونه مصرف نابجای دارو ، می تواند عواقب خطرناك و جبران ناپذیری داشته باشد . مصرف كمتر از مورد نیاز باعث ایجاد لخته و مصرف بیش از حد آن موجب خونریزی خطرناك می شود .



آیا می توانم وارفارین را همزمان با داروهای دیگر مصرف کنم؟

از مصرف خودسرانه هرگونه دارو بپرهیزید .
آنتی بیوتیک ها ، مسکن ها ، آنتی هیستامین ها ، داروهای ضدالتهابی ، داروهای رفیق کننده خون مثل آسپرین ، داروهای ضدصرع و ضد افسردگی ، داروهای گوارشی ، هورمون ها و بسیاری از داروهای دیگر حتی داروهای گیاهی ، مکمل ها مثل امگا ۳ و ویتامین ها می توانند اثر وارفارین را تغییر دهند . بنابراین مصرف این داروها حتماً زیر نظر پزشک معالج باشد . به طور کلی شروع هر داروی جدید و قطع مصرف داروی قبلی را حتماً به پزشک خود اطلاع دهید .

شناسنامه پمفلت آموزشی	
عنوان	وارفارین
تهیه و تدوین	صدیقه کمانی- سوپروایزر آموزش سلامت
مشاور علمی	آقای دکتر خلیل پور
سال تهیه	زمستان ۱۴۰۴
کد پمفلت	AW6-67
www.goldis.mui.ac.ir - بیمارستان گلدیس شاهین شهر	

منابع :

Drug information handbook, 2012-2013
Drug information facts, 2013, David S. Tatro

- خونریزی شدید و غیرعادی از بریدگی ها و یا هنگام عادت ماهیانه
- خلط خونی ، استفراغ خونی ، خون در ادرار ، مدفوع تیره و سیاه رنگ
- حالت غش ، گیجی یا ضعف شدید
- وجود کبودی بی دلیل ، لکه های خون مردگی و دانه های قرمز رنگ (به اندازه ته سنجاق) روی قسمت هایی از بدن



- درد و التهاب غیرطبیعی مفاصل
- ریزش مو ، خارش و بثورات جلدی

برای رژیم غذایی خود به چه نکاتی باید توجه کنم ؟

در مصرف غذاهای غنی از ویتامین K محدودیت قابل شوی ؛ البته مصرف آنها را قطع نکنید بلکه همان مقداری که همیشه مصرف می کردید مصرف کنید و رژیم غذایی که میزان ثابتی از ویتامین K را دارد انتخاب کنید .
مهمترین منابع حاوی ویتامین K :
جگر ، گوشت قرمز ، ماهی ، اسفناج ، کاهو ، بروکلی ، گل کلم ، و سایر سبزیجات دارای برگ های پهن سبز رنگ ، کاسنی ، خردل ، شلغم و زرده تخم مرغ .
منابعی که ویتامین K کمتری دارند :
هویج ، سیب زمینی ، کرفس ، ذرت ، گوجه فرنگی ، پیاز ، فلفل ، کدو سبز و حبوبات سبز مثل نخودفرنگی ، باقالا و خیار با پوست .

توصیه ما این است که رژیم غذایی خود را ثابت نگه دارید و از تغییر ناگهانی آن بپرهیزید .
همچنین مصرف رژیم غذایی پرچرب ، سویا ، روغن کانولا ، گزنه ، چای سبز ، قهوه ، زردچوبه ، بستنی و مرکباتی مثل گریپ فروت هم می توانند اثر دارو را تغییر دهند .



دانستنی های وارفارین

نام و نام خانوادگی :	نام پدر :
شماره ملی :	سن :
تلفن همراه :	تلفن منزل :
آدرس :	

تاریخ مراجعه	PT	INR	مقدار وارفارین مصرفی

در صورت بروز علائم زیر حتماً به پزشک مراجعه نمایید :
- خون دماغ شدن گاه به گاه و بی دلیل و بیش از ده دقیقه
- خونریزی از لثه هنگام مسواک زدن
- سردرد ، درد شدید و غیر معمول در معده یا شکم

