

وارفارين چیست؟

وارفارين یک داروی ضد انعقاد خون است که جهت پیشگیری از لخته شدن خون در بعضی از بیماری های قلبی ، مغزی و ریوی طبق دستور پزشک مورد استفاده قرار می گیرد . در حقیقت وارفارين کمک می کند که خون شما راحت تر در بدن گردش کند و لخته نشود .



چرا وارفارين مصرف می کنم؟

مواردی از جمله :

- نامرتبی ضربان قلب (فیبریلاسیون قلبی)
- تعویض دریچه قلبی و جایگزینی آن با دریچه مصنوعی
- نارسایی شدید قلبی
- زمانی که 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 که ممکن است شما به میزان یک چهارم ، یک سوم ، یک دوم و یا 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 نیتروکانتین 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 پزشک در زمان های مشخصی برای تعیین دقیق تر میزان داروی شما انجام شود ؛ بنابراین هیچ یک از نوبت های آزمایش خون را فراموش نکنید و پزشک را از جواب آزمایش خود مطلع کنید .

INR طبق نظر پزشک باید بین ۲-۳ نگه داشته شود . حتماً! از یک آزمایشگاه ثابت برای اندازه گیری PT/INR خود استفاده کنید.



نکته دیگر این است که جهت تنظیم دقیق دارو ، اطلاعات مربوط به آزمایش INR و مقادیر مصرف وارفارين را در یک دفترچه به صورت منظم یادداشت کنید .

ردیف	تاریخ مراجعه	مراجعه بعد	INR	PT	دوز وارفارين

در هنگام مصرف این دارو چه نکاتی را باید رعایت کنم

۱- دارو را در ساعت مشخصی از روز (ترجیحاً عصرها) مصرف کنید . با کوک کردن یک ساعت می توانید از فراموش کردن دارو جلوگیری کنید .



۲- در صورتی که در یک روز فراموش کردید دارو را مصرف کنید به محض به یاد آمدن آن نوبت را مصرف کنید ولی اگر نزدیک مصرف نوبت بعدی وارفارين می باشد دوز فراموش شده را مصرف نکنید و برنامه عادی مصرف وارفارين خود را به صورت منظم ادامه دهید . (هرگز مقدار مصرف بعدی را ۲ برابر نکنید .) اگر بیش از دونوبت از دارو را فراموش کردید ، با پزشک خود تماس بگیرید .

۳- مقدار مصرف دارو را خودسرانه زیاد یا کم نکنید .
۴- یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد وارفارين مصرف می کنید .

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

۶- از مصرف مشروبات الکلی بپرهیزید و در صورت ترک سیگار به پزشک اطلاع دهید ، زیرا ممکن است دوز دارو نیاز به تغییر داشته باشد .

۷- در صورت مراجعه به دندانپزشک و یا دیگر پزشکان آنها را از مصرف داروی وارفارين مطلع کنید .



۸- خانم ها در طول مصرف وارفارين باید از بارداری جلوگیری کنند . در صورت بارداری ناخواسته و یا تصمیم به باردار شدن حتماً! پزشک خود را مطلع کنید . شیردهی در حین مصرف وارفارين منعی ندارد .

۹- بیشتر مراقب خود باشید .
- از خلال دندان استفاده نکنید و مسواک نرم را برای مسواک زدن انتخاب کنید .

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

- حتی الامکان از کار کردن با وسایل نوک تیز و برنده خودداری کنید . هنگام کار کردن با این وسایل دقت بیشتری داشته باشید .

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

- از انجام فعالیت های شدید و ورزش های سنگین بپرهیزید .
- جهت دفع مدفوع به خود فشار وارد نکنید 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 کنید .

- جهت تخلیه بینی فشار زیادی وارد نکنید .

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

چه مدت نیاز است وارفارين مصرف کنم؟

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 کند . بنابراین هیچ گاه بدون مشورت پزشک خود مصرف دارو را قطع نکنید .

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

- خونریزی

- بروز دانه های قرمز رنگ روی پوست

- اختلالات کبدی و یرقان

- تهوع ، استفراغ ، بی اشتهايي ، اسهال

- کهیر ، خارش و ریزش مو

- سردرد و تب

- از داروهایی مثل ایبوپروفن ، ژلوفن ، دیکلوفناک ، ناپروکسن ، مفنامیک اسید و ایندومتاسین برای تسکین درد پرهیز کنید .

- در صورت نیاز به مسکن فقط استامینوفن ساده استفاده کنید .

نکته :

مصرف این دارو باید با دقت فراوان انجام شود ، زیرا هرگونه مصرف نابجای دارو ، می تواند عواقب خطرناک و جبران ناپذیری داشته باشد . مصرف کمتر از مورد نیاز باعث ایجاد لخته و مصرف بیش از حد آن موجب خونریزی خطرناک 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 رقیق 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	تیر ماه 1402
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 شویید ؛ 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:

چگر ، 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

