

وارفارين یک داروی ضد انعقاد خوراکی است که به منظور پیشگیری از لخته خون در عروق تجویز شده و موجب می شود خون در عروق راحت تر جریان یابد.

این دارو در بعضی بیماری های قلبی -ریوی و یا عروق خونی کاربرد دارد .

در مورد میزان مصرف دارو باید دقیقا" تابع پزشک معالج باشید چرا که میزان نیاز به وارفارين در افراد مختلف متفاوت است و تنظیم آن با توجه به نتایج آزمایشات INR-PT صورت میگیرد .

در زمان مصرف وارفارين دقت کنید تا آن را هر روز در ساعت مشخص و ثابتی بخورید .بهترین زمان مصرف وارفارين عصر ها است .

در صورتی که یک نوبت مصرف وارفارين را فراموش کردید , هر زمانی که یادتان آمد خیلی سریع باید دارو را مصرف کنید , اما در صورتی که نزدیک به مصرف نوبت بعدی به خاطر آوردید , دوز فراموش شده را مصرف نکنید و برنامه عادی مصرف وارفارين خود را به طور منظم ادامه بدهید و هیچگاه دوز مصرفی را دو برابر نکنید .

بهتر است قرص های وارفارين را در جای خشک نگهداری کنید (البته لزومی به نگهداری آن در یخچال نیست) و بهتر است در دمای اتاق و به دور از گرما , حرارت , رطوبت و نور مستقیم خورشید نگهداری شود .

در زمان مصرف دارو , تغییر محسوسی در رژیم غذایی روزانه نباید ایجاد شود , ولی در صورت تصمیم به کاهش وزن , حتما" باید با پزشک معالج مشورت شود .

تغذیه :

۱-غذاهایی که حاوی مقادیر بالای ویتامین K هستند نباید به صورت ناگهانی در رژیم غذایی شروع و یا حذف شوند (مثل کلم پیچ , برگ چغندر , کلم سبز , اسفناج , گل کلم , کلم بروکلی , پیازچه , کاهو , جعفری , خردل و جگر گاو و گوسفند)

۲-در صورت استفاده از هر گونه دارو به دلیل ملاحظات تغذیه ای و تداخل غذا-دارو حتما" با متخصص تغذیه مشورت شود .

نکته : بهتر است الکل هم مصرف نشود .

مصرف وارفارين در زمان بارداری جایز نیست , در مدت زمانی که وارفارين مصرف می کنید از یکی از روش های مطمئن پیشگیری از بارداری استفاده کنید و در صورت باردار شدن ,مصرف دارو را خودسرانه قطع نکنید و به پزشک معالج اطلاع دهید ضمنا"مصرف وارفارين در دوران شیردهی , با دستور پزشک بلامانع است .

توجه :معمولا"اثر ضد انعقادی وارفارين طی ۲-۷ روز پس از شروع مصرف , شروع می شود و با انجام آزمایشات INR-PT میزان آن تنظیم می شود و این عمل تا زمانی که INR-PT شما دو بار پشت سرهم در محدوده درمانی مطلوب قرار بگیرد , ادامه می یابدو بعد۲-۳ بار در هفته (به مدت ۱ تا۲ هفته) انجام می شود .محدوده درمانی مطلوب INR برای اکثر بیماران بین ۱/۵-۲/۵ و یا گاهی ۲/۵-۳/۵ است .با این وجود ,پایین بودن INR به این معنی است که بیمار ریسک بالایی برای ایجاد لخته خونی دارد و بالا بودن INR از محدوده درمانی به این معنی است که ریسک بالایی برای خونریزی وجود دارد .

مدت زمان مصرف وارفارين ممکن است موقت و یا برای تمام عمر باشد .



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

وارفارین



واحد آموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۴

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

۷- عادات غذایی و فعالیتی خود را حفظ کنید. تغییرات ناگهانی می توانند بر INR اثر بگذارند.

۸- در صورت مراجعه به هر پزشک دیگری حتما" پزشک را از مصرف وارفارین مطلع نمایید.

۹- در صورت تجویز داروی جدید توسط پزشک، حتما" به پزشک معالج اطلاع دهید چون بعضی داروها می توانند عملکرد وارفارین را تغییر داده و آن را تقویت و یا تضعیف کنند.

۱۰- هیچ وقت وارفارین را خودسرانه قطع نکنید، تغییر در میزان مصرف می بایست با دستور پزشک باشد.

۱۱- در صورت بروز خونریزی و یا سرگیجه و ضعف و یا مشاهده کبودی بدون دلیل و بدون هیچ ضربه ای و یا قطع نشدن خونریزی و یا بروز هر گونه عارضه جدید بایستی به پزشک اطلاع داده شود.

منابع:

۱- مرجع جامع داروهای ژنریک ایران با اقدامات پرستاری و مراقبت، تالیف و ترجمه پوران سامی.

۲- اطلاعات دارویی بالینی، دکتر صادق جاویدان نژاد.

توصیه ها و آموزش های لازم:

۱- با توجه به افزایش احتمال خونریزی، از انجام ورزش های سنگین مثل فوتبال، هنر های رزمی، وزنه برداری و ... در زمان مصرف وارفارین خودداری کنید. ولی ورزش هایی مثل پیاده روی و دویدن آهسته، بلا مانع است.

۲- در موقع ورزش از پوشش های حفاظتی مثل جوراب، زانو بند و کلاه ایمنی استفاده کنید.

۳- در هنگام کار با ابزار تیز و برنده مثل چاقو، قیچی و تیغ، دقت بیشتری داشته باشید و از دستکش محافظ استفاده کنید.

۴- به جای استفاده از تیغ برای اصلاح، از ابزارهای برقی استفاده کنید.

۵- از مسواک نرم استفاده کنید، از خلال دندان استفاده نکنید.

۶- در منزل از جوراب و یا کفش های راحت استفاده کنید تا بدین وسیله پای خود را محافظت کنید (به عبارتی با پای برهنه در خانه راه نروید) و در هنگام گرفتن ناخن مراقب باشید.