



BRYTYJSKIE TOWARZYSTWO
HEMATOLOGICZNE



Krajowa Agencja Bezpieczeństwa Pacjentów

Doustne

leki przeciwkrzepliwe

(antykoagulanty)

Ważne informacje

dla pacjentów

Twoje dane

Imię i nazwisko:

Name:

Adres:

Address:

Kod pocztowy:

Postcode:

Telefon domowy:

Home telephone:

Telefon komórkowy:

Mobile telephone:

Numer szpitalny:

Hospital number:

Numer NHS:

NHS Number:

--	--	--	--	--	--

W nagłym wypadku informacji udzieli:
In an emergency obtain advice from:

Nazwa kliniki antykoagulacyjnej:
Name of anticoagulant clinic:

Imię i nazwisko specjalistycznej pielęgniarki lub innego pracownika kliniki:
Name of specialist nurse or clinic contact:

Adres:
Address:

Zwykły nr telefonu:
Routine telephone number:

Nr telefonu dla nagłych przypadków:
Emergency telephone number for advice:

Imię i nazwisko lekarza pierwszego kontaktu (GP):
Name of GP:

Adres:
Address:

Kod pocztowy:
Postcode:

Nr telefonu:
Telephone number:

Schorzenie wymagające leczenia:
Condition requiring treatment:

Nazwa leku przeciwkrzepliwego:
Name of anticoagulant:

Docelowy wskaźnik INR:
Target INR:

Przewidywany czas leczenia:
Intended duration of treatment:

Pożądany przedział terapeutyczny:
Desired therapeutic range:

Lekarz wydający skierowanie:
Referring clinician:

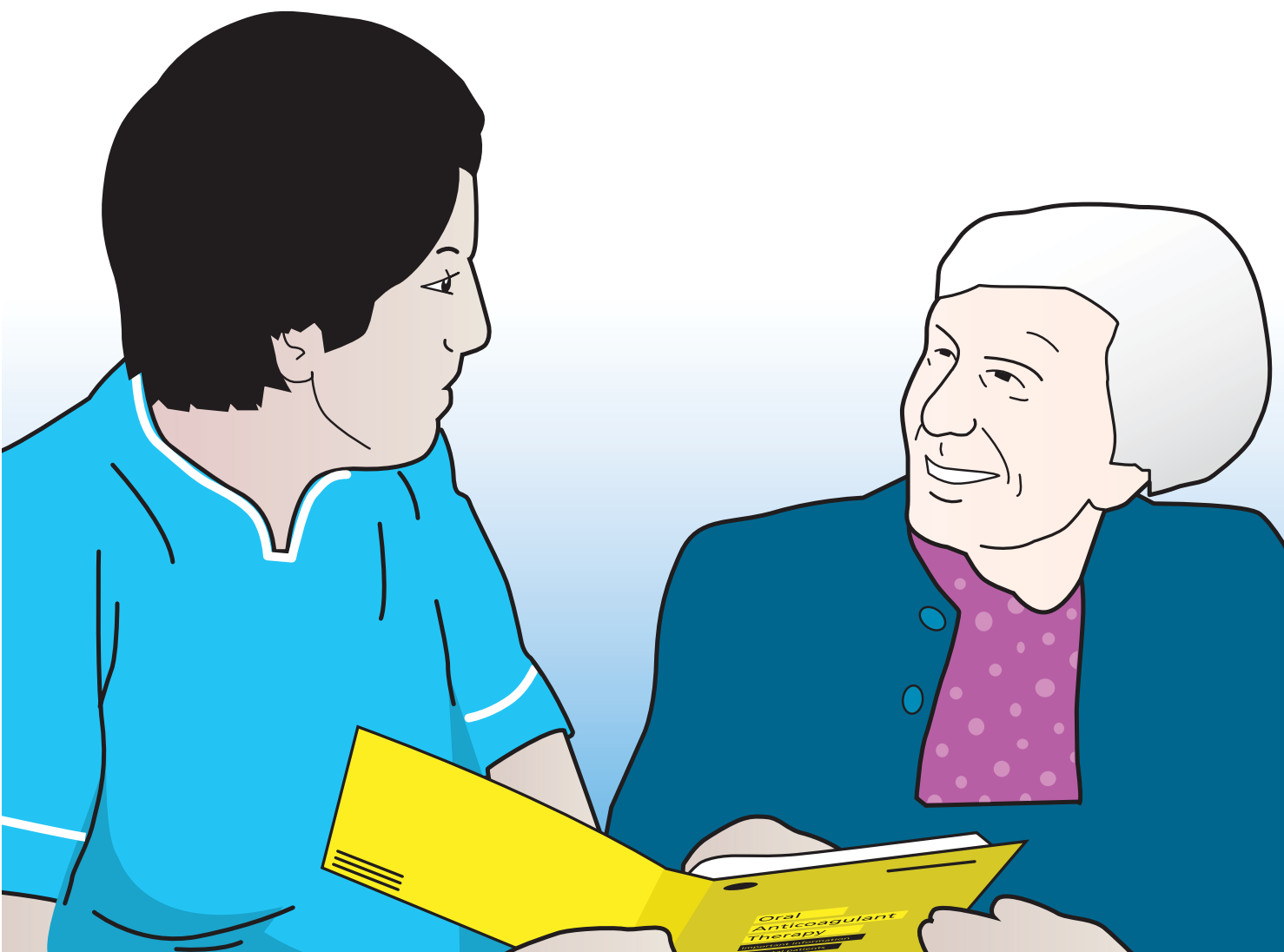
Lekarz prowadzący leczenie przeciwskrzepowe:
Clinician managing anticoagulation:

Data rozpoczęcia leczenia:
Date treatment commenced:

Ważne informacje dla pacjentów przyjmujących doustne leki przeciwnkrzepliwe (antykoagulanty)

Wstęp

Otrzymałeś tę broszurę, ponieważ zaczniesz przyjmować leki określone jako przeciwnkrzepliwe (inaczej antykoagulanty). Pracownik służby zdrowia pomoże Ci zapoznać się z treścią broszury – wyjaśni Ci o co w niej chodzi i odpowie na ewentualne pytania. Może on również udzielić Ci porad na początku leczenia przeciwnkrzepliwego, przed wypisaniem ze szpitala, podczas pierwszej wizyty w klinice antykoagulacyjnej i w innych momentach, kiedy będziesz ich potrzebować.



Jak korzystać z tej broszury

Niniejsza broszura informacyjna jest obszerniejsza od poprzedniej wersji. Zawiera ona ważne informacje o Twoim leczeniu oraz dane kontaktowe, które ułatwią Ci uzyskanie dalszych porad. Broszura powinna pozostać w dostępnym miejscu w Twoim domu.

Dołączona jest do niej również „Karta ostrzegawcza o leczeniu przeciwkrzepliwym” (Anticoagulant Alert Card), którą należy wypełnić i zawsze mieć przy sobie. Informuje ona, że przyjmujesz leki przeciwkrzepliwie, co może być ważne w sytuacji zagrożenia lub innych sytuacjach, w których pracownicy służby zdrowia powinni o tym wiedzieć zanim otrzymasz inne leki.

Twoja klinika antykoagulacyjna wyda Ci też dane leczenia informujące o wynikach ostatniego badania krwi, dawkowaniu leku przeciwkrzepliwego i dacie następnego badania krwi.

Zależnie od systemu stosowanego przez klinikę antykoagulacyjną, dane leczenia mogą mieć postać albo odrębnego druku wysyłanego po każdym badaniu krwi albo przekrojowego zestawienia, drukowanego lub wypisanego ręcznie. Miejsce przeznaczone do przechowywania tych danych znajduje się z tyłu teczki pacjenta dołączonej pierwotnie do broszury. Należy przechowywać dane za ostatnie 6 miesięcy.

Ostatnie dane leczenia będą potrzebne przy zamawianiu i odbieraniu kolejnej recepty na lek przeciwkrzepliwym.

Doustne leki przeciwkrzepliwe (antykoagulanty)

Lek przeciwkrzepliwy zapobiega tworzeniu się w naczyniach krwionośnych szkodliwych zakrzepów (skrzeplin) poprzez spowolnienie procesu krzepnięcia krwi.

Najpowszechniej stosowanym doustnym lekiem przeciwkrzepliwym w Wielkiej Brytanii jest warfaryna. Inne stosowane leki obejmują fenindion (Dindevan[®]) i acenokumarol (Sinthrome[®]), które pod wieloma względami, w tym skutków ubocznych i konieczności nadzoru, są podobne do warfaryny.

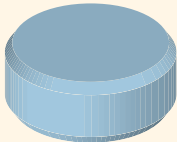
Jak mam przyjmować lek przeciwkrzepliwy?

Przyjmuj lek przeciwkrzepliwy raz dziennie, o stałej porze, najlepiej na czczo i popijając pełną szklanką zimnej wody.

Jeśli opuścisz dawkę, lub przez pomyłkę weźmiesz dawkę niewłaściwą, zanotuj to w tej broszurze a następnego dnia weź normalną dawkę leku. Jeżeli dawka wzięta przez pomyłkę bardzo znacznie przekraczała Twoją normalną dawkę, skontaktuj się ze swoją kliniką antykoagulacyjną.

Dla osiągnięcia odpowiedniej dawki możesz otrzymać kilka tabletek o różnej mocy, dlatego ważne jest, by zapoznać się z różnymi rodzajami tabletek i ich kolorami.

W Wielkiej Brytanii kolory tabletek warfaryny są następujące:

0,5 mg (500 mikrogramów) – biały	
1 mg – brązowy	
3 mg – niebieski	
5 mg – różowy	

Niektóre marki tabletek warfaryny mogą mieć oznaczenia inne od pokazanych powyżej. Inne leki przeciwkrzepliwe mogą występować w innych natężeniach i kolorach.

Tak więc Twoja dawka może składać się z kilku tabletek o różnych kolorach. Wyjaśni Ci to pracownik służby zdrowia.

Nie należy mylić dawki w mg z ilością przyjmowanych tabletek.

Nadzór nad przyjmowaniem leku przeciwkrzepliwego

Musisz poddawać się regularnemu badaniu krzepliwości krwi wg tzw. wskaźnika INR. INR to skrót od „International Normalised Ratio” (międzynarodowy współczynnik znormalizowany).

Jest to znormalizowane badanie, które mierzy szybkość krzepnięcia krwi. Normalnie krew nie poddawana leczeniu przeciwkrzepliwemu ma współczynnik INR równy ok. 1,0. Twoja dawka leku przeciwkrzepliwego będzie zależała od wyniku badania INR. Jeżeli Twój wynik nie będzie mieścił się w przedziale właściwym dla Twojego schorzenia to Twoja dawka leku przeciwkrzepliwego zostanie odpowiednio zwiększona lub zmniejszona. Dawka leku przeciwkrzepliwego konieczna do osiągnięcia docelowego INR będzie różna dla każdej osoby.



Placówki leczenia przeciwkrzepliwego w Twojej okolicy

Badania krwi zorganizuje dla Ciebie klinika antykoagulacyjna lub lekarz pierwszego kontaktu.

Ważne jest by powiadomić klinikę antykoagulacyjną o wszelkich lekach, które zacząłeś lub przestałeś przyjmować.

Organizacja placówek oraz używane przez nie formularze i dokumenty mogą być różne w poszczególnych częściach Wielkiej Brytanii. Informacja o organizacji Twojej kliniki antykoagulacyjnej zamieszczona jest z tyłu teczki pacjenta dołączonej pierwotnie do broszury.

Kolejne recepty

Ważne jest, by za każdym razem, kiedy zamawiasz i otrzymujesz doustne leki przeciwkrzepliwe sprawdzone zostały odpowiednie dane. Sprawdzone muszą zostać wyniki badania krwi, dane o dawkowaniu leku i ewentualne zagrożenia związane z jego dalszym przyjmowaniem.

Zamawiając kolejną receptę zostaniesz poproszony o podanie informacji o wynikach badania INR i aktualnym dawkowaniu doustnego leku przeciwkrzepliwego, które przechowujesz w swojej teczce pacjenta.

O informacje te poprosi Cię również pracownik apteki przed zrealizowaniem recepty.

Jeśli nie możesz zamówić lub odebrać recepty osobiście, informacje te będzie musiała podać upoważniona przez Ciebie osoba.

W wypadku świadczenia kompleksowej usługi odbioru i realizacji recepty personel apteki powinien skontaktować się z Tobą w celu potwierdzenia wyników INR i aktualnego dawkowania.

Uważaj, aby nigdy nie zabrakło Ci tabletek – zawsze miej co najmniej tygodniowy zapas.

Poważne efekty uboczne

Najpoważniejszym efektem ubocznym leków przeciwkrzepliwych jest występowanie krwawień. Jeśli zauważysz u siebie któryś z następujących objawów, zgłoś się do lekarza i jak najszybciej zrób badanie INR:

- przedłużające się krwawienia z nosa (dłuższe niż 10 minut);
- krew w wymiocinach;
- krew w plwocinach;
- wydalanie krwi z moczem lub stolcem;
- wydalanie czarnego stolca;
- mocne lub samoistne siniaki;
- inne niż zwykle bóle głowy;
- u kobiet – obfite lub zwiększone krwawienie miesięczkowe, lub jakiegokolwiek inne krwawienie z pochwy.

Jeśli się skaleczysz, mocno uciskaj skaleczone miejsce czystym, suchym opatrunkiem przez co najmniej 5 minut.

Natychmiast zgłoś się do lekarza jeśli:

- doznałeś ciężkich obrażeń, ataku lub szoku;
- doznałeś mocnego uderzenia w głowę;
- nie możesz powstrzymać krwawienia.

Wizyty u dentysty

Możesz nadal chodzić jak poprzednio do dentysty.

W większości przypadków leczenie zębów może przebiegać normalnie, bez przerywania przyjmowania leku przeciwkrzepliwego ani zmieniania jego dawkowania.

Jednakże Twój dentysta będzie musiał zapoznać się z ostatnim wynikiem badania INR aby upewnić się, czy leczenie jest bezpieczne. Możesz otrzymać od dentysty dalsze porady na ten temat oraz ulotkę wyjaśniającą. Powinieneś skontaktować się z dentystą przed terminem wizyty na wypadek gdyby potrzebował on zlecić przeprowadzenie dodatkowego badania krwi.



Czynniki mogące wpłynąć na przebieg leczenia przeciwkrzepliwego

Inne leki

Wiele leków może wchodzić w interakcje z lekami przeciwkrzepliwymi.

Jeżeli przyjmując leki przeciwkrzepliwie rozpoczynasz lub kończysz przyjmowanie innego leku, to przepisujący go lekarz może zalecić przeprowadzenie badania krwi w ciągu 5 do 7 dni od przyjęcia pierwszej dawki. Ma to na celu sprawdzenie, czy Twój wskaźnik INR pozostaje w odpowiednim przedziale. Dalsze porady otrzymasz w klinice antykoagulacyjnej.

Jeśli planujesz nabyć leki dostępne bez recepty, w tym leki medycyny alternatywnej, powiedz pracownikowi apteki, że przyjmujesz doustny lek przeciwkrzepliwym i pokaż mu swoją „Kartę ostrzegawczą o leczeniu przeciwkrzepliwym”. Umożliwi mu to doradzenie Ci jakie leki możesz bezpiecznie przyjmować.

Nie powinieneś przyjmować aspiryny, chyba że Twój lekarz pierwszego kontaktu specjalnie Ci ją przepisze. Zalecane jest również unikanie innych niesteroidowych leków przeciwzapalnych, takich jak diklofenak czy ibuprofen. Należy wiedzieć, iż część z nich można nabyć w aptece bez recepty pod nazwami takimi jak np. Nurofen®. Leki przeciwbólowe bazujące na paracetamolu lub kodeinie są do przyjęcia, chociaż należy być świadomym, iż niektóre produkty typu „paracetamol-plus” mogą zawierać aspirynę.

Sposób odżywiania

Ważne jest przestrzeganie zrównoważonej diety.

Zasięgnij porady u lekarza lub pielęgniarki jeśli potrzebujesz diety odchudzającej.

Wszelkie znaczące zmiany w sposobie odżywiania mogą mieć wpływ na to jak Twój organizm reaguje na lek przeciwkrzepliwy.

Produkty bogate w witaminę K mogą wpływać na wskaźnik INR. Należą do nich: zielone warzywa liściaste, ciecierzycy, wątroba, żółtka jaj, płatki zbożowe zawierające otręby pszenne lub owies, dojrzałe sery, sery pleśniowe, awokado i oliwa z oliwek. Produkty te są ważne dla właściwego odżywiania, ale spożywanie ich w dużych ilościach może obniżyć wskaźnik INR. Należy dążyć do tego, by spożywać je regularnie w stałych ilościach. Pamiętaj, że zmiany wskaźnika INR wywoływane są przez zmiany w ilości spożywanej witaminy K.

Jeżeli Twój sposób odżywiania znacząco się zmieni na przestrzeni okresu 7 dni, powinieneś wykonać badanie INR.

Alkohol

Zalecane jest nieprzekraczanie ogólnie przyjętych krajowych norm spożycia alkoholu. Wynoszą one: do 3 jednostek alkoholu dziennie dla mężczyzn i do 2 jednostek alkoholu dziennie dla kobiet. Szklanka piwa (1 pinta) stanowi równowartość 2 jednostek a barowa miarka trunku i barowa miarka wina – równowartość 1 jednostki.

Picie dużych ilości alkoholu podczas przyjmowania leków przeciwkrzepliwych jest niebezpieczne.

Ciąża

Doustne leki przeciwkrzepliwe mogą wpływać na rozwój dziecka we wczesnym okresie ciąży. Kobiety przyjmujące doustne leki przeciwkrzepliwe powinny w miarę możliwości omówić ze swoim lekarzem plany zajścia w ciążę przed ewentualnymi próbami poczęcia. Jeżeli kobieta przyjmująca warfarynę przypuszcza, że zaszła w ciążę, powinna jak najszybciej wykonać test ciążowy i, jeśli wynik jest pozytywny, bezzwłocznie zgłosić się do lekarza. Przy przyjmowaniu leków przeciwkrzepliwych nie ma przeciwwskazań do karmienia piersią.

Miesiączka

Przyjmowanie doustnych leków przeciwkrzepliwych może spowodować u kobiet obfitsze krwawienie miesięczkowe. Problem ten można omówić z lekarzem pierwszego kontaktu, pielęgniarką leczenia przeciwkrzepliwego lub pracownikiem apteki.

Dalsze informacje

Istnieje szereg organizacji zrzeszających pacjentów, które mogą udzielić Ci dalszych informacji i pomocy. Ich dane kontaktowe znajdziesz w swojej klinice antykoagulacyjnej.

**National Patient Safety Agency
(Krajowa Agencja
Bezpieczeństwa Pacjentów)**

4–8 Maple Street

London

W1T 5HD

T 020 7927 9500

F 020 7927 9501

0417

© National Patient Safety Agency 2007. Prawa autorskie i inne prawa własności intelektualnej dotyczące tego materiału należą do NPSA i są zastrzeżone. NPSA upoważnia organizacje służby zdrowia do kopiowania tego materiału dla celów edukacyjnych i niekomercyjnych.

www.npsa.nhs.uk