

ORAL ANTİKOAGÜLASYON TEDAVİSİ

*Warfarin Sodyum
(COUMADİN)*

BEN ANTİKOAGÜLAN İLAÇ KULLANIYORUM

(*Warfarin Sodyum*; **COUMADİN**)

Acil bir durumda lütfen aşağıdaki telefonları arayınız:

Hasta Adı :

Hasta Yakını :

Yakınlık Derecesi :

Telefon No.:

Doktor Adı :

Telefon No. :

Hatırlanması Gerekenler:

- *İlacınızı tarif edildiği şekilde ve her gün aynı saatte alınız (tavsiyemiz saat 16:00' da almanız).*
- *Protrombin zamanı (PT) testini doktorunuzun söylediği zamanlarda düzenli olarak yaptırınız.*
- *Eğer Coumadin dozunuzu saat 16:00' da almayı unuttunuz ve gece saat 24:00' dan önce hatırladı iseniz ilacınızı alabilirsiniz. Ancak gece yarısını geçtikten sonra hatırladıysanız ertesi güne kadar bekleyiniz ve sadece o gün için belirtilen miktar kadar alınız.*
- **ASLA İKİ GÜNLÜK DOZU BİR SEFERDE ALMAYINIZ.** *Eğer iki veya daha fazla gün üst üste ilacı almayı unuttuysanız doktorunuzu arayınız; doz değişimi gerekebilir.*
- *Coumadin almak için gerekli talimatlara harfiyen uyunuz.*
- *Anormal kanamalara dikkat ediniz. Eğer birşeylerin normal olmadığını hissediyorsanız hemen doktorunuzu arayınız.*
- *Bir sorunuz olduğunda doktorunuza danışınız.*

İÇİNDEKİLER

Giriş

Antikoagülanlar ne yapar ?

Kan Testleri

Coumadin nasıl alınmalı ?

Coumadin nasıl saklanmalı ?

Başka ilaçlar ve vitaminler

Diyet ve egzersiz

Günlük aktiviteler

Hastalık ve acil durumlar

Hamilelik, cerrahi ve diş tedavisi

Seyahat

Yan etkiler

Tablo 1 Coumadin dozunu etkileyen ilaçlar

Tablo 2 Coumadin dozunu etkileyen yiyecekler

Coumadin doz cetveli



Giriş

Doktorunuz size antikoagülan tedavisi başlamayı uygun gördü. “Anti” kelimesi karşı anlamına gelir. “Koagülan” ise pıhtılaşma demektir. Demek ki antikoagülan tedavisi damarlarınızın içinde kanın pıhtılaşmasını engelleyici tedavi anlamına gelmektedir.

Bu kitapçık sizi Coumadin (Antikoagülan ilacınız) hakkında bilgilendirmeyi amaçlamaktadır. Bu bilgileri öğrenmeniz tedavinizin başarısını arttırır, komplikasyon ihtimalini azaltır ve tedavi altındayken normal hayatınızı sürdürmenize yardımcı olur. Lütfen bu kitabı dikkatle okuyunuz ve eğer bir sorunuz olursa doktora danışınız.

Antikoagülanlar ne yapar?

Antikoagülan ilaçlar vücudunuzun pıhtılaşma hızını kontrol eder, böylece damarlarınızda veya kalbinizde pıhtı oluşmasını önler. Eğer bir pıhtı mevcut ise bunun büyümesini engeller. Aynı zamanda pıhtının kopmasını ve vücudunuzun başka bir yerine gitmesini engeller. Antikoagülan ilaçlar oluşmuş olan pıhtıyı eritmezler.

Kan testleri

Pıhtılaşma zamanını belirlemek için yapılması gereken testler Protrombin zamanı (PT) ve INR'dir. Bu testler aldığınız ilacın dozunun yeterli olup olmadığını gösterir. Testler laboratuvarda doktorunuzun belirttiği zaman aralıkları ile yapılır. Test sonuçları doktora Coumadin dozunu ayarlamakta yararlı olacak ve böylece kanama ile pıhtılaşma arasındaki denge daha iyi sağlanacaktır. Testler genelde sabah yapılır ve doktorunuz öğleden sonra sonuçları alır.

Önemli noktalar:

- *Laboratuvara belirtilen tarihte gidiniz.*
- *Her seferinde aynı laboratuvara gidiniz (Laboratuvarlar arasında sonuç farkı olabilir).*
- *Eğer bir seyahate gidecekseniz doktorunuzla bunu konuşunuz.*
- *Test sonrası doktorunuzla görüşerek bir sonraki test zamanını ve o zamana kadar ilacınızı nasıl almanız gerektiğini iyice öğreniniz.*
- *Bu bilgileri kitapçığın sonundaki coumadin doz cetveline düzenli olarak işaretleyiniz.*

Dozlar genelde günde 2.5mg (yarım tablet) ile 10mg (iki tablet) arasında değişir. Doktorunuz gerektiğinde ilaç dozunuzu değiştirebilir

Coumadin nasıl alınmalı?

- İlacınızı günde bir kez belirtilen dozda alınız.
- İlacınızı tarif edildiği şekilde ve her gün aynı saatte alınız (tavsiyemiz saat 16:00' da almanız).
- İlacınızı yemekten önce veya sonra alabilirsiniz.

- Eğer Coumadin dozunuzu saat 16:00' da almayı unuttunuz ve gece saat 24:00' dan önce hatırladı iseniz ilacınızı alabilirsiniz. Ancak gece yarısını geçtikten sonra hatırladıysanız ertesi güne kadar bekleyiniz ve sadece o gün için belirtilen miktar kadar alınız.
- Asla iki günlük dozu bir seferde almayınız. Eğer iki veya daha fazla gün üst üste ilacı almayı unuttuysanız doktorunuzu arayınız; doz değişimi gerekebilir.
- İlacınızı aldığınızda mutlaka bir takvime işaret koyunuz.
- İlacınız bitmeden bir hafta öncesinde reçetenizi yenileyerek ilaçsız kalmamaya özen gösteriniz.
- Coumadin'i doktorunuz söylediği müddetçe (bazen tüm hayatınız boyunca) kullanınız.

Önemli Noktalar :

- *Oral antikoagülasyon tedavisi, kullanılan diğer ilaçlar veya besinlerden etkilenebilir.*
- *Bu nedenle aynı ilaç dozunu almanıza rağmen her kontrolde farklı protrombin zamanı (PT) veya INR seviyeleri saptanabilir.*
- *Önemli olan, doktorunuzun öngördüğü zamanlarda kontrolünüzü yaptırarak protrombin zamanınızı veya INR' yi belirli bir değerde idame ettirebilmektir.*

Coumadin nasıl saklanmalı?

- İlacınızı oda ısısında aşırı soğuk, sıcak, ışık ve nemden koruyunuz.
- İlaçlarınızı çocukların ulaşabileceği yerlere kesinlikle koymayınız.

Başka ilaçlar ve vitaminler

Pek çok ilaç ve vitamin Coumadin'in etkisini değiştirebilir. Bunlar:

- Bazı antibiyotikler
 - Ağrı kesiciler.
 - Aspirin.
 - Soğuk algınlığı ilaçları.
 - Antasitler.
 - Laksatifler.
 - K vitamini ve çok miktarda E ve C vitamini içeren vitaminler.
- (ilaçlar hakkında ayrıntılı bilgi için lütfen Tablo 1' e bakınız.)

Önemli noktalar:

Herhengi bir nedenle yukarıda belirtilen ilaçları almanız gerektiğinde, doktorunuza danışınız. Eğer doktorunuz gerekli görürse Coumadin dozunu yeniden ayarlamak gerekebilir.

Diyet ve egzersiz

- Dikkatli ve dengeli bir diyet takip ediniz.
- Önemli diyet değişikliği yapmadan önce (kilo kaybetmek veya kazanmak için) doktorunuzla konuşunuz.
- Alkol alımı coumadin etkisini artırabilir. Sık sık ve aşırı dozda alkol alımından kaçınınız. Alınabilecek alkol miktarını doktorunuza danışınız.
- K vitamininden zengin yiyeceklerle beslenme coumadin etkisini azaltabilir. Bu yiyeceklerden hergün benzer miktarlarda yemeğe özen gösteriniz.
(K Vitamininden zengin yiyeceklerin listesi için tablo 2' ye bakınız.)
- Herhangi bir egzersiz veya spor programına katılmadan önce doktorunuza danışınız.

Önemli noktalar :

- *Coumadin etkisinin artması protrombin zamanı (PT) veya INR' yi artırarak kanın daha çok sulanmasına ve dolayısıyla kanamalara yol açabilir.*
- *Coumadin etkisinin azalması ise PT veya INR' yi azaltarak kanın daha az sulanmasına ve kalpte, yapay kalp kapakçıklarında veya damarlarda pıhtı oluşmasına neden olabilir.*

Günlük aktiviteler

- Tıraş bıçağı kullanırken dikkatli olunuz. Tüylerinizden kurtulmak için elektrikli tıraş makinası veya tüy dökücü kremleri tercih ediniz.
- Yumuşak kıllı bir diş fırçası kullanınız ve dişinizi fırçalarken sert hareketlerden kaçınınız.

Hastalık ve acil durumlar

- Acil durumlar için doktorunuzun numarasını yanınızda taşıyınız.
- Her zaman yanınızda Coumadin kullandığınızı belirten bir belge bulundurunuz. Acil bir durumda bunu açıklayamayacak bir konumda olabilirsiniz.
- Evde veya işte darbeden kaçınınız. Bazen hafif bir darbe bile Coumadin kullandığınız için kanamalara sebep olabilir.
- Darbeye bağlı morluklar veya keskin bir cisimle kesilmek sizde daha ciddi kanamalara sebep olabilir.
- Eğer vücudunuz veya başınız etkileyen bir travma olursa doktorunuza başvurunuz.
- Kusma, ishal veya ateşli hastalıklar coumadin etkisini değiştirebilir. Böyle durumlarda doktorunuza danışınız.

Önemli noktalar:

Eğer bir yeriniz kesilirse; kesik küçük ise kanama durana kadar yara üstüne bastırınız (Bazen 10dk'dan fazla bir süre gerekebilir). Eğer kanama halen devam ediyor ise tekrar üstüne basarak en yakın acile başvurunuz.

Kesik büyük ise üstüne bası uygulayınız ve telefon ile veya en yakın acil merkeze giderek yardım isteyiniz.

Hamilelik, cerrahi ve diş tedavisi

Coumadin kullanan bir kadın iseniz ve hamile kalmayı planlıyorsanız, doktorunuzla konuşarak riskler ve bunları azaltma yolları hakkında bilgi alınız. Eğer hamile iseniz hemen doktorunuza haber veriniz.

Tüm doktorlarınıza ve diş hekiminize Coumadin kullandığınızı söyleyiniz. Cerrahi tedavi veya diş tedavisi öncesinde kan testlerinizi tekrarlamak ve ilacınızı kesmek gerekebilir. Bu tip müdahaleler öncesinde mutlaka Coumadin için sizi takip eden doktorla görüşünüz.

Seyahat

Uzun bir seyahate gitmeden önce doktorunuzla konuşunuz. Kan testinizi tekrarlamak ve ilaç dozunuzu ayarlamak gerekebilir.

Seyahat boyunca ilacınızı her zaman yanınızda bulundurunuz. İlacınızı bagaja vermeyiniz ve arabada unutmayınız.

Yan etkiler

Coumadinin en sık rastlanan yan etkisi kanamadır. Kanama çeşitli bulgularla ortaya çıkabilir. Aşağıda sayılacak bulgulardan herhangi birini farkettiğinizde doktorunuza başvurunuz.

- Halsizlik ve solukluk (Kansızlık bulguları).
- Kesik sonrası 10dk bası uygulanmasına rağmen kanamanın durdurulamaması.
- Burun, kulak, diş etinden kanama.
- Normalden fazla veya uzun süren aybaşı (adet) kanaması.
- Kırmızımsı veya çay rengi idrar yapma.
- Kırmızı veya siyah renkli, cıvık kıvamlı dışkılama.
- Sebepsiz yere cildinizde morluklar veya kırmızı noktalar oluşması.
- Kan kusma (Kahve telvesi kıvamında olabilir).
- Öksürerek kan tükürmek.
- Anormal hemoroid kanamsı.
- Özellikle eklemlerde beklenmeyen ağrı ve kızarıklıklar.

- Alışılmadık, çok şiddetli, ani başlayan baş ağrısı.
- Mide ve şiddetli karın ağrısı.

Bu bulguların herhangi biri mevcut ise doktorunuz kan testi isteyebilir, ilaç dozunuzu değiştirebilir, ilacı kesebilir veya kanama durdurucu bir ilaç verebilir.

UNUTMAYIN! COUMADIN DOĞRU KULLANILDIĞINDA GÜVENLİ VE ETKİLİ BİR İLAÇTIR.

Tablo 1 : Coumadin etkisini değiştiren ilaçlar :

Coumadin etkisini artırabilen ilaçlar :

Antibiyotikler

- Cefamandole
- Cefoperazone
- Chloramphenicol
- Ciprofloxacin
- Co – trimoxazole
- Neomycin
- Norfloxacin
- Tetracyclines
- Eritromycine
- Metronidazole

Diğer ilaçlar

- Acetaminophen
- Acetyl salicylic acid
- Allopurinol
- Amiodarone
- Chlorpropamide
- Cimetidine
- Clofibrate
- Dextran
- Danazol
- Diüretikler*
- Estragenler*
- Fluconazole

- Heparin
- Ibuprofen
- Indomethacin
- Influenza virüs aşısı
- Isoniazid
- Ketoconazole
- Ketorolac
- Lovastatin
- Methyldopa
- MAO inhibitörleri
- Naproxen
- Non – steroid antiinflamatuvar ilaçlar
- Omeprazole
- Oral kontraseptifler (estragen içeren)
- Pentoxifylline
- Phenytoin
- Piroxicam
- Propafenone
- Propylthiouracil
- Quinidine
- Ranitidine
- Streptokinase
- Sulfonamidler
- Tamoxifen
- Thiazide diüretikler
- Thyroid ilaçları
- Tricyclic antidepresanlar
- Urokinase
- Vitamin E

Coumadin etkisini azaltabilen ilaçlar

- Antiasitler
- Antihistaminikler
- Barbituratlar
- Carbamezapine
- Chlordiazepoxide
- Cholestyramine
- Corticosteroidler
- Diüretikler*
- Estrogenler*
- Griseofulvin

- Haloperidol
- İntrevenöz yağ emülsiyonları
- Nafcillin
- Phenobarbital
- Pirimidone
- Rifambin
- Spironolactone
- Sucralfate
- Vitamin C
- Vitamin K

(* Etkiyi azaltabilir veya artırabilir.)

Tablo 2 : K vitamininden zengin yiyecekler

- Sığır karaciğeri
- Soya yağı
- Brokoli
- Brüksel lahanası
- Lahana
- Karnabahar
- Nohut
- Marul
- Ispanak
- Şalgam

Hazırlayanlar

Tayyar Sarıođlu

Ersin Erek

Yusuf Yalçınbaş

Ece Salihođlu

AÇIKLAMA

Bu kitapçık, oral antikoagölan ilaç (warfarin sodyum, Coumadin) kullanan hastalar için hazırlanmıştır. Yalnızca hastanın aldığı tedavi açısından bilgilendirilmesi yanında, acil durumlarda hastaya müdahale edecek hekimlerin uyarılması amacıyla yöneliktir. Bu kitapçığın hazırlanmasında The Cleveland Clinic Foundation, Patient Education Department 1995 yayınlarından faydalanılmıştır. Oral antikoagölan ilaç kullanımı ile ilgili ayrıntılı tıbbi bilgi için lütfen doktorunuza danışınız.