



دفترچه کنترل PT, INR (پی تی) و آنچه باید در مورد داروی وارفارین بدانید

بیمارستان کوثر

نوع بیماری :

نام و نام خانوادگی :

INR مناسب :

نام پزشک :

شماره پرونده :



تهیه و تنظیم: فهیمه سلطانی

با همکاری دفتر پرستاری و خانم دکتر جعفرپور

تحت نظارت جناب آقای دکتر محمود نایبده

شماره سند: ۰۷۰۰-PRD-BL

تاریخ بازنگری: ۹۶/۷/۱

آموزش به بیمار یکی از شاخص های کیفیت پذیرفته شده درمانی است . تمام بیماران حق دارند در مورد حفظ و ارتقاء سلامت و پیشگیری از بیماریها و چگونگی مصرف داروها آموزش های مناسب دریافت نمایند . واحد آموزش به بیمار بیمارستان کوثر در نظر دارد آموزش به بیماران را به شیوه های مختلف در راستای افزایش کیفیت مراقبت ها و کمک به بیمار در کسب خودکفایی بیشتر ارائه نماید .

کلینیک وارفارین

آدرس : شیراز - چهارراه حافظیه - بیمارستان شهید آیت اله دستغیب - آزمایشگاه تحقیقات و ژنتیک -

آقای دکتر اکبری

تلفن : ۳۲۲۸۱۲۹۴ داخلی ۵

مدت زمان مصرف وارفارین :

میزان مصرف :

جدول داروهای مصرفی بیمار

نام پزشک	تاریخ قطع	تاریخ شروع	نام دارو

جدول آزمایشات LFT ,Stool OB

نتایج	آزمایش	تاریخ

سابقه بروز عوارض وارفارین

تاریخ	نوع عارضه	میزان Pt,INR	اقدامات و نتایج

۱. وارفارین چیست؟

وارفارین، یک داروی ضد انعقاد است که کار آن پیشگیری از لخته شدن خون است. وارفارین فرآیند لخته شدن خون را کند می‌کند؛ به عبارت دیگر کمک می‌کند که خون شما راحت‌تر در بدن گردش کند و لخته نشود. این دارو در برخی از بیماریها مثل سکته مغزی، تعویض دریچه قلب، برخی از نا منظمی های ضربان قلب باصلاحدید پزشک تجویز می‌گردد.

آزمایش پی تی (PT/INR) چیست؟

دوز خطرناک وارفارین با دوز اثر بخش آن در بدن بسیار نزدیک است. همچنین بدلیل اینکه میزان تجویزی دارو در افراد و بیماریهای مختلف یکسان نمی‌باشد به همین دلیل وارفارین بایستی طبق دستور پزشک یا مشاور کلینیک مصرف شود. با انجام آزمایش خون مخصوصی بنام پی تی میزان اثر آن در بدن کنترل می‌شود.



وارفارین را چگونه مصرف کنم؟

- * وارفارین به صورت قرص های ۵ میلی گرمی از راه دهان مورد استفاده قرار می‌گیرد.
- * وارفارین معمولا یک نوبت در روز مصرف می‌شود. مهم است که هر روز در **ساعت معینی** خورده شود.
- بهترین زمان مصرف وارفارین **ساعت ۵ عصر** می‌باشد.

** اگر داروی خود را سر وقت نخوردید ، تا ۸ ساعت بعد از ساعت همیشگی دارویتان را می توانید مصرف کنید. اما اگر پس از ۸ ساعت به خاطر آوردید ،دیگر مجاز به خوردن آن وعده دارویی نیستید،ولی در مراجعه بعدی خود به مشاور این موضوع را اطلاع دهید.
* با توجه به این که غذا ممکن است بر جذب دارو تاثیر بگذارد، دارو حداقل نیم ساعت قبل یا دوساعت بعد از غذا مصرف شود.

* هرگز نباید در صورت فراموش کردن خوردن دارو در یک وعده در وعده بعدی ۲ برابر دارو را میل کنید.
* مقدار دارو را هرگز دو برابر نکنید چون ممکن است موجب خونریزی شود.
* پیش از هماهنگی با پزشک وارفارین را قطع نکنید، (بجز مواردی که در صفحه ۹ اشاره شده است که بایستی دارو قطع و به اورژانس یا مرکز مشاوره مراجعه شود)
* ایده آل آن است که هیچ وعده دارویی فراموش نشود.

آیا من باید رژیم غذایی خاصی داشته باشم؟



وارفارين با ویتامین کا (K) موجود در رژیم غذایی شما تداخل دارد.

* مصرف غذاهای حاوی ویتامین K مانند: کاهو، اسفناج، کلم، سبزیجات تیره، شلغم، سویا، چای سبز، جگر و ماهی را **قطع نکنید!** بلکه **کمتر** مصرف نموده و مهمتر اینکه همان مقداری را که همیشه مصرف می کردید، مصرف کنید. حفظ تعادل در مقدار و دفعات مصرف افزایش و یا کاهش اینگونه غذاها اثر وارفارين را تغییر میدهد.

* مصرف مواد غذایی زیر میتواند اثر وارفارين را تشدید کند: آب گریپ فروت، پیاز، سیر، فلفل قرمز، انبه، زنجبیل و زردچوبه، بنابراین در مصرف آن احتیاط شود.

* در نظر داشته باشید که هر گونه تغییر مهم و شدید در رژیم غذایی می تواند در نحوه پاسخ بدن بیمار به وارفارين موثر باشد.

* مصرف بعضی از محصولات گیاهی (عطاری) و یا مکمل های ویتامین را پس از مشورت با پزشک یا مشاور کلینیک شروع نمائید .

عوارض وارفارین چیست؟

شایع‌ترین عارضه مصرف وارفارین، خون‌ریزی از نقاط مختلف بدن است. حتی هنگامی که INR بیمار در محدوده هدف قرار دارد، ممکن است کمی خون‌ریزی مشاهده شود. این خون‌ریزی‌های جزئی می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

۱. خون‌ریزی جزئی لثه در هنگام مسواک زدن
۲. خون دماغ شدن گاه به گاه
۳. کبود شدگی در اثر ضربه آرام
۴. خون‌ریزی ناشی از بریده شدن توسط چاقو و یا اشیای تیز
۵. افزایش حجم و مدت خون‌ریزی ماهانه در خانم‌ها

در زمان بروز این علائم نیاز به مراجعه اورژانسی به بیمارستان نیست، فقط کافی است سطح پی تی (Pt) خود را چک کنید و به کلینیک اطلاع دهید تا از بالا نبودن آن مطمئن شوید.

پس فردی که وارفارین مصرف می‌کند باید فعالیت‌های روزانه خود را با احتیاط بیشتری انجام دهد و اگر کمی مراقبت کند می‌تواند تا حد زیادی از وقوع این عوارض جانبی پیشگیری کند.

به عنوان مثال:

- در هنگام کار با ابزار تیز و برنده دقت بیشتری داشته باشد و از دستکش محافظ، استفاده کند.
 - به جای استفاده از تیغ برای اصلاح، از ابزارهای برقی استفاده کند.
 - از مسواک نرم استفاده کند.
 - از خلال دندان استفاده نکند.
 - در منزل از جوراب و یا کفش‌های راحت استفاده کند تا بدین وسیله پای خود را محافظت کند (به عبارتی با پای برهنه در خانه راه نرود).
 - در هنگام گرفتن ناخن مراقب باشد.
 - جوش، زگیل، میخچه در روی بدن خود را دستکاری نکند.
 - از انجام ورزش‌ها و فعالیت‌هایی که به فرد آسیب می‌رساند خودداری کند. البته بدین معنی نیست که ورزش نکند. ورزش‌هایی مانند پیاده‌روی و یا شنا بسیار مفید هم هستند، ولی ورزش‌هایی مانند بوکس، وزنه‌برداری و ... برای فرد ممکن است خطرآفرین باشند.
 - از مصرف خودسرانه سایر داروها پرهیز نماید.
 - در زمان بارش برف، باران، یخ بودن زمین بیش از پیش جوانب احتیاط را رعایت کند.
- توجه:** ممکن است در اثر ضربه شدید، خونی مشاهده نشود ولی درون بدن خون‌ریزی اتفاق افتاده باشد. پس بیمار باید مراقب فعالیت‌های خود باشد و در صورت ضربه شدید مخصوصا به ناحیه شکم به اورژانس مراجعه نماید.

در صورت بروز این علائم فوراً به اورژانس بیمارستان مراجعه کنید.



- * خونی شدن یا قرمز شدن ادرار
- * قرمز یا سیاه یا قیری شدن مدفوع
- * سرفه همراه با خلط خونی
- * سردرد شدید
- * استفراغ خونی
- * درد و تورم مفصل
- * کبودی وسیع بدون ضربه
- * خونریزی از بینی که بیش از ۱۰ دقیقه طول بکشد و یا خونریزی‌های منظم از بینی
- * خونریزی شدید و غیرعادی هنگام عادت ماهانه
- * درد شدید معده یا شکم، درد پشت

وارفارین با چه داروهای تداخل دارد؟



بسیاری از داروها می‌توانند بر عملکرد وارفارین اثرگذار باشند. بنابراین :

* پزشک خود را از تمام داروهایی که مصرف می‌کنید مطلع نمایید. در صورت شروع مصرف داروی جدید و یا قطع دارو پزشک یا کلینیک مشاوره را در جریان قرار دهید .

* بعضی داروهای آنتی‌بیوتیک یا مسکن ها و ... ممکن است بر عملکرد وارفارین اثر بگذارند، لذا ۴-۵ روز پس از مصرف داروی جدید آزمایش پی تی انجام و به کلینیک مراجعه فرمائید .

* داروهای ضد التهابی مانند ایبوپروفن را بدون تجویز و مشورت با پزشک مصرف نکنید.

* مصرف آسپرین به عنوان مسکن یا ضد تب حتماً با تجویز پزشک باشد .

* در صورت مراجعه به هر پزشک دیگری، حتماً پزشک را از مصرف وارفارین مطلع نمایید

* در ارتباط با واکسیناسیون با پزشک خود مشورت نمائید

خلاصه‌ای از بایدها و نبایدهایی که در صورت مصرف وارفارین، باید به آنها توجه کرد:

* در زمان‌های تعیین شده برای شما، جهت مراجعه به کلینیک وارفارین، مراجعه نمایید و آزمایش خون را انجام دهید.

* عادات غذایی و فعالیت خود را حفظ نمایید. تغییرات ناگهانی می‌تواند بر پی تی اثر بگذارد.

- * در صورت بیمار شدن و یا بروز هر گونه عارضه جدید و یا خونریزی‌های شدید، به کلینیک وارفارین اطلاع دهید.
- * وارفارین را دور از دسترس اطفال قرار دهید.
- * همیشه به میزان کافی وارفارین در منزل داشته باشید و پیش از تمام شدن آن، اقدام به تهیه آن نمایید.
- * اگر باردار شده‌اید و یا تصمیم به باردار شدن دارید، سریعاً به پزشک خود اطلاع دهید. خودسرانه داروی خود را قطع نکنید.
- * در صورت احتیاج به انجام اعمال جراحی و یا دندانپزشکی، دندانپزشک و یا جراح خود را از مصرف وارفارین مطلع نمایید.
- * اگر قصد سفر دارید، حتماً مطمئن شوید که وارفارین به میزان کافی برای آن مدت به همراه دارید.
- * کارت هویت پزشکی، مبنی بر مصرف داروی ضد انعقاد، به همراه داشته باشید.
- * در صورت مراجعه به هر پزشک دیگری، حتماً پزشک را از مصرف وارفارین مطلع نمایید.
- * خودسرانه و بدون مشورت با پزشک خود، وارفارین مصرفی خود را قطع نکرده و یا تغییر ندهید.
- * اگر علائم بهبودی در خود مشاهده کردید، خودسرانه مصرف وارفارین خود را قطع نکنید.
- * بدون مشورت با پزشک، تغییرات زیادی در رژیم غذایی و فعالیت‌های روزانه خود، ندهید.
- * بسیاری از بیماری‌ها بر عملکرد وارفارین اثر می‌گذارند، لذا در صورت بروز بیماری که ۵ روز ادامه یافته است بهتر است با کلینیک وارفارین تماس بگیرید.

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدی	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ

جدول PT,INR

امضاء	تاریخ مراجعه بعدي	میزان داروی تجویزی	INR	PT	میزان داروی مصرفی	تاریخ