



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر باهنر

وارفارین چیست؟

وارفارین یک داروی ضد انعقاد خوراکی است که جلوی لخته شدن خون را از طریق مهار ساخت فاکتورهای انعقادی ۷-۸-۹ در کبد می گیرد. این دارو از تشکیل لخته جدید و بزرگتر شدن لخته تشکیل شده جلوگیری می کند. مهمترین نکته درمانی وارفارین، حفظ سطح درمانی دارو در خون است. این دارو به خوبی از مجرای گوارش جذب شده، در کبد متابولیزه می شود و از راه ادرار و صفرا دفع می گردد.

اگر سطح دارو در خون خیلی پایین باشد احتمال تشکیل لخته خون وجود دارد و چنانچه سطح دارو بالا باشد احتمال خونریزی وجود دارد. به علت نزدیک بودن دوز سمی با دوز اثر بخشی دارو در بدن، درمان مؤثر و مطمئن در گرو داشتن سطح درمانی مناسب دارو در خون می باشد. مقدار لازم دارو در بیماران مختلف متفاوت است و بر حسب نتایج آزمایش های PT و INR خون، مصرف سایر داروها و رژیم غذایی توسط پزشک تعیین می گردد.

مقدار مصرف وارفارین چگونه کنترل می شود؟



سطح دارویی وارفارین با تستی به نام INR و PT کنترل می شود. با توجه به مقادیر INR و PT، پزشک معالج مقدار دارو را تغییر می دهد، بنابراین این آزمایش مکررا باید انجام شود. مصرف وارفارین با نظر پزشک ممکن است موقتی یا دائمی باشد.

وارفارین با چه داروهایی تداخل دارد؟



داروهای خوراکی ضد انعقاد با بسیاری از داروها تداخل دارند. بنابراین هر تغییری در برنامه مصرف دارو از جمله استفاده از فرآورده های دارویی بدون نسخه احتیاج به پیگیری دقیق دارد. مصرف همزمان وارفارین با آمیودارون، استروئیدهای آنابولیک (مانند اکساندرولون، اکسی متولون و ناندربولن)، کلرامفنیکل، مترونیدازول، سایمتیدین، کلوفیبرات، فرآورده های حاوی هورمون تیروئید، داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (مانند آسپرین، ایبوپروفن، ناپروکسن)، استامینوفن، استرپتوکیناز و سولفونامیدها اثر ضد انعقاد وارفارین را به طور مشخصی افزایش می دهند و همین امر باعث بروز عوارض جانبی وارفارین مانند خونریزی می شود.

مصرف همزمان این دارو با اتاکرینیک اسید، ایندومتاسین و مفنامیک اسید اثر ضد انعقاد وارفارین را افزایش می دهد و موجب بروز تحریکات شدید گوارشی می شود که ممکن است زخم زا باشد. پس در صورت امکان از مصرف همزمان آنها خودداری شود.

مصرف همزمان وارفارین با آلپورینول، دانازول، اریترومايسين، گلوکاگون، هپارین، میکونازول، کینیدین و ویتامین E اثر ضد انعقاد وارفارین را افزایش می دهد پس بیمار باید تحت نظر باشد. مصرف همزمان وارفارین با ریفامپین اثر ضد انعقاد وارفارین را به میزان قابل ملاحظه ای کاهش می دهد و باید از مصرف همزمان این دو دارو با هم اجتناب شود.

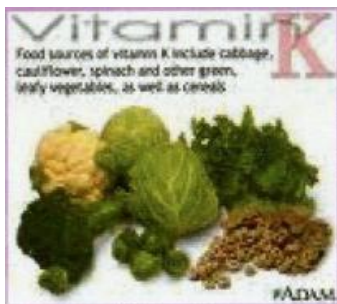
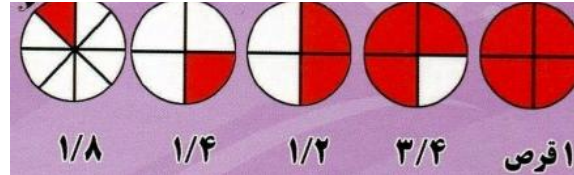
باربیتوراتها (مانند فنوباربیتال و متوهگزیتال) ممکن است اثر ضد انعقاد وارفارین را تا چند هفته بعد از قطع مصرف آنها مهار کنند. بعد از رفع اثر باربیتوراتها ممکن است خونریزی کشنده بروز کند. در صورت قطع مصرف باربیتوراتها، مقدار مصرف داروی ضد انعقاد باید کاهش یابد.

مصرف همزمان وارفارین با کاربامازپین، داروهای خوراکی جلوگیری کننده از حاملگی، کورتیکواستروئیدها، گریزئوفلوین و ویتامین K ممکن است اثر ضد انعقاد را کاهش دهند و بیمار باید به دقت تحت نظر قرار گیرد.

داروهای گیاهی نظیر جوز هندی ممکن است باعث بالا رفتن یا پایین آمدن بیش از حد INR شوند لذا مصرف این داروها حتما باید با اطلاع و نظر پزشک معالج باشد.

مقدار مصرف وارفارین:

به همان مقدار که برای شما دارو تجویز شده، مصرف کنید. شکل زیر جهت آشنایی هر چه بهتر شما با انواع مقادیر دارو که می تواند توسط پزشک تجویز شود، آورده شده است. شما می توانید جهت اطمینان از مقدار دقیق مصرف دارو از دستگاهی به نام قرص خرد کن که در داروخانه ها موجود می باشد، برای تقسیم قرصهای خود استفاده کنید.



آیا وارفارین با رژیم غذایی تداخلی دارد؟

وارفارین با ویتامین کا (K) رژیم غذایی تداخل دارد. ویتامین کا ویتامینی است که در ایجاد لخته خون و جلوگیری از خونریزی کمک می کند بنابراین بر خلاف اثر وارفارین عمل می کند. در بیمارانی که وارفارین مصرف می کنند، دریافت زیاد ویتامین کا باعث کاهش اثر دارو می گردد. بعضی از مواد غذایی سرشار از ویتامین کا هستند و مصرف زیاد آنها باعث غلیظ شدن خون می شود و اثر وارفارین را در بدن کم می کنند لذا باید در مصرف آنها حد اعتدال را رعایت کرده و از مصرف بی رویه آنها خوداری کنید. از

جمله منابع غنی این ویتامین عبارتند از: سبزیجات با برگ سبز تیره نظیر: کلم بروکلی، اسفناج، کاهو، کلم سبز، گل کلم، شلغم (این سبزیجات را می توانید یک الی دو بار در هفته به میزان نصف فنجان پخته و یا یک فنجان به صورت خام مصرف نمایید. مصرف خورش هائی مانند قرمه سبزی و کرفس به مقداری مجاز است که سبزیجات پخته شده آن نصف فنجان باشد و همراه این غذاها دیگر سالاد یا سبزی خوردن مصرف نگردد)، ماهیچه، جگر، باقلا، چای سبز، گوجه فرنگی، قهوه و لبنیات.

- **زنجبیل و زردچوبه** هم خواص ضد لخته ای دارند که مصرف زیاد آنها احتمال خونریزی را بالا می برد.
- مصرف میوه ها در این بیماران محدودیتی ندارد به جز **گریپ فروت و انبه** که اثر وارفارین را تشدید می کند.

در زمان مصرف وارفارین مراقب بروز چه علائمی باشید؟ در صورت مسمومیت با وارفارین ممکن است عوارض زیر ظاهر شود، در صورت بروز هر یک از این عوارض، دارو را قطع نموده و فوراً به مراکز درمانی مراجعه کنید:

- خونریزی از لثه
- افزایش غیر عادی وزن
- خونریزی شدید و غیر عادی قاعدگی
- خونریزی های شدید از بریدگی ها و جراحات
- کبودی غیر طبیعی
- مدفوع قرمز یا تیره
- سردرد، گیجی و ضعف
- خونریزی از بینی
- درد و التهاب غیر طبیعی مفاصل
- خونریزی داخلی

علائم خونریزی داخلی: - درد شکم یا تورم آن - درد پشت - پیدایش خون در ادرار - سرفه یا استفراغ خونی

- مدفوع خونی یا قیری شکل - سرگیجه و سردرد شدید یا مداوم - درد، سفتی یا تورم مفصل

آموزشهای لازم و باید ها و نبایدها در مورد مصرف وارفارین:

- آزمایش PT را در تاریخ معین و به طور مرتب انجام دهید. فواصل انجام این آزمایش هر ۴-۱ هفته یکبار به منظور تعیین مدت زمان انعقاد خون است. ممکن است در شروع مصرف دارو، آزمایشات در فواصل کوتاهتری تکرار شود تا به INR مورد نظر برسید.
- وارفارین از طریق خوراکی، به مقدار تجویز شده و در ساعت معین و معمولاً عصرها مصرف می شود.
- اگر یک نوبت مصرف دارو را فراموش کردید به محض آنکه به یاد آوردید آن را مصرف کنید ولی اگر چنانچه تا روز بعد متوجه آن نشدید به هیچ وجه داروی فراموش شده را با داروی فعلی مصرف نکنید (هرگز داروی مصرفی را دو برابر نکنید).
- در مدت زمانی که شما این دارو را مصرف می کنید لازم است آزمایش شوید. بهترین زمان برای نمونه گیری خون، ۱۸-۱۲ ساعت پس از مصرف آخرین نوبت دارویی است.
- آزمایش خون باید در تاریخی که پزشک برای شما مشخص می کند انجام گیرد. این زمان را به هیچ عنوان به علت فشار کاری و یا هر مشکل دیگر به عقب نیندازید.
- همیشه مقدار کمی دارو در منزل داشته باشید تا در صورت اتمام دارو و تا زمان خرید بعدی، وقفه ای در مصرف آن ایجاد نشود.
- برای هر ماه یک برگ تقویم ماهیانه داشته باشید. هر روز سر ساعت معین دارو را مصرف و در تقویم علامت بگذارید تا در طول روز شک به خوردن یا نخوردن آن نکنید.
- دارو را با معده خالی مصرف کنید تا بهتر جذب شود: با توجه به اینکه غذا ممکن است بر جذب دارو تأثیر بگذارد، این دارو بهتر است با معده خالی نیم ساعت قبل یا یکساعت بعد از غذا مصرف شود.
- دارو را در قوطی که از کارخانه آمده نگهداری کنید. درب آن را پس از مصرف به خوبی ببندید و دور از نور، رطوبت و گرما نگه دارید.
- دارو را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.
- داروی تاریخ مصرف گذشته را دور بریزید.
- خودسرانه میزان داروی خود را کم، زیاد و یا قطع نکنید.
- خلال دندان به کار نبرید و از مسواک نرم استفاده کنید.
- از کار کردن با وسایل تیز و برنده خودداری کنید و در صورت استفاده احتیاط لازم را بنمایید. از ماشین ریش تراش به جای تیغ استفاده کنید.
- ورزشهایی که تماسی است و احتمال آسیب رسانی دارد انجام ندهید.
- میزان داروی خود را با میزان وارفارین سایر بیماران مقایسه نکنید و میزان دارویی که برای شما تجویز شده را به بیماران دیگر توصیه نکنید.
- آزمایشات دوره ای ادرار و مدفوع را از نظر وجود خون و تست های کبدی را در تاریخ معین انجام دهید.
- وارفارین را ۳ الی ۴ روز قبل از جراحی یا اعمال دندانپزشکی و آنژیوگرافی با نظر پزشک خود قطع کنید.
- به هر دلیل که نزد پزشک، دندانپزشک یا داروساز مراجعه می کنید، یادآوری کنید در حال مصرف وارفارین هستید.
- از مصرف هر گونه دارو، ویتامین و مکمل های غذایی حین مصرف وارفارین بدون نظر پزشک خودداری نمایید.
- استعمال دخانیات ممکن است احتیاج به مصرف دارو را به دلیل افزایش متابولیسم وارفارین، افزایش دهد.
- این دارو ممکن است رنگ ادرار را قرمز متمایل به نارنجی تغییر دهد.
- تغییرات واضح و زیاد در رژیم غذای خود ندهید.
- تب، پیدایش بیماری خاص، تغییر در رژیم غذایی و هر اتفاق مهم و جدیدی که الگوی زندگی شما را از حالت قبل تغییر داده است را به اطلاع پزشک معالج خود برسانید.
- مقدار PT با تب، قرار گرفتن طولانی مدت در هوای بسیار گرم، سوء تغذیه و اسهال افزایش می یابد.
- از همه مهمتر دارو را خوسرانه قطع، کم یا زیاد نکنید.

- گاهی در هنگام طبیعی بودن زمان انعقاد نیز ممکن است خونریزی غیر عادی اتفاق بیفتد.
- در صورت بروز کبودی، خونمردگی خودبخودی زیر پوست، خونریزی، وجود خون در ادرار، مدفوع قرمز روشن یا قیری سیاه رنگ، خونریزی از لثه، خونریزی از بینی و خونریزی زیاد دوره قاعدگی موارد را به پزشک اطلاع دهید.
- در صورتی که قرص وارفارین را برای مدت طولانی استفاده می کنید و اخیراً دچار ریزش غیر عادی مو شده اید باید به پزشک مراجعه کنید.

موارد احتیاط در مصرف وارفارین:

در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف وارفارین، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به وارفارین و سایر داروهای ضد انعقاد یا هر نوع ماده غذایی و دارویی، بارداری، شیردهی یا زایمان اخیر، سابقه ابتلا به هر نوع بیماری، سقوط یا ضربه سر و سیستم اعصاب مرکزی، تبی که چند روز طول کشیده باشد، استفاده از آی یو دی (IUD)، جراحی یا اعمال دندانپزشکی، اسهال شدید، اختلالات شدید کبدی، کمبود ویتامین K و C.

هشدار به خانم های سنین بارداری و نکات ضروری جهت بانوان در مصرف وارفارین:

- جهت جلوگیری از بارداری تا حد امکان از IUD استفاده نکنید.
- مصرف وارفارین در حاملگی جزو گروه X است و مصرف آن در دوران بارداری به دلیل اثرات سوء دارو و خطرات آن برای مادر و جنین ممنوع است.
- در مورد روش پیشگیری از بارداری با پزشک خود مشورت نمایید و در صورت حاملگی ناخواسته، حتماً به پزشک اطلاع دهید تا در مورد ادامه و یا تعویض داروی شما تصمیم بگیرد.
- در صورتی که تمایل به حاملگی دارید حتماً از قبل با پزشک خود مشورت کنید.
- در صورت افزایش زیاد خونریزی در دوران قاعدگی فوراً با پزشک خود مشورت کنید.
- گرچه وارفارین وارد شیر نمی شود، اما در زنان شیرده بایستی با احتیاط و نظر پزشک مصرف شود.

منابع:

- پارچه باف بیدگلی، محمد. پارچه باف بیدگلی، مژگان. راهنمای داروهای ژنریک ایران. ۱۳۹۲. تهران. انتشارات نور دانش.
- Warfarin Educational Materials. Patients and Family Resource Center. 2011 . New York University.
- www.sums.ac.ir