



**TÜRK
KARDİYOLOJİ
DERNEĞİ**

Pıhtıöner İlaç (Coumadin) Kullanan Hastalar İçin Kılavuz

**Türk Kardiyoloji Derneği
Kapak Hastalıkları alışma Grubu
2008**



Hasta Bilgileri

Ad, soyad:.....

Adres:

.....

.....

.....

Ev telefonu:.....

Cep telefonu:

Hastane kayıt numarası:.....

T.C. kimlik no:

Acil durumlarda bilgi alınabilecek kişi:

.....

.....

Pıhtıönler Tedavinin Yürütüldüğü Hastane

Klinik adresi:

.....

.....

Klinik telefon numarası:

Acil durumlarda ulaşılacak hastane telefon numarası:

.....

.....

İzleyen doktor:

Tedavinin nedeni:

Hedef INR düzeyi:.....

Tedavi başlangıç tarihi:.....

Giriş

Bu kitapçık size pıhtıönler olarak bilinen bir ilaç olan coumadin kullanmaya başlayacağınız ya da kullandığınız için verilmiştir. Doktorunuz sizinle birlikte bu kitapçığı inceleyecek ve gerekli açıklamaları yaptıktan sonra aklınıza gelebilecek her türlü soruya yanıt verecektir. Ayrıca, doktorlarınız sizi pıhtıönler tedavinizin başlangıcında, hastanede yatıyorsanız taburcu olurken, kliniğe başvurduğunuzda ve gerekli olduğunda bilgilendireceklerdir.

Kitapçık Ne İşe Yarar?

1. Bu kitapçık tedaviniz hakkında açıklayıcı bilgiler içermektedir.
2. Daha fazla bilgi edinebilmeniz için gerek duyabileceğiniz iletişim adreslerini de bu kitapçıkta bulabilirsiniz.
3. Kolaylıkla başvurabilmeniz için evinizde saklamanızı ve hastaneye başvurduğunuzda da yanınızda getirmenizi öneriyoruz.
4. Yapılmış olan kan testi sonuçlarınız, ilaç dozunuz ve ne sıklıkla kan testi yaptıracağınız kitapçığa kaydedilecektir. Bu kitapçığın sonunda test sonuçlarınızı ve ilaç dozunuzu kaydetmeniz için bir bölüm vardır. Kayıtlarınızı düzenli tutmanız önemlidir. Bu konuda doktorunuzdan da yardım alabilirsiniz.
5. Pıhtıönler ilacınız coumadin tedavisine başladığınızda ilacın size yararlı olacak dozunu bulmak için INR adı verilen kan testini doktorunuzun uygun gördüğü aralıklarla yaptırmanız gerekmektedir. INR testi istenilen düzeyde kararlı hale gelince genellikle ayda bir bu testin yapılması yeterli olabilir. Ancak test sıklığı ve ilaç dozuna doktorunuzun karar vermesi gerektiğini unutmayınız.

Pıhtıönler İlaçlar

Pıhtıönler ilaçlar kanınızın daha uzun sürede pıhtılaşmasını sağlayarak damarlarınızın içinde zararlı pıhtıların oluşmasını ve eğer varsa pıhtının büyümesini önler. Ülkemizde bu amaçla kullanılan ilaç coumadin olarak bilinmektedir. Eczanelerde 5 ve 10 mg tablet olarak bulunmaktadır. Bu ilacın ne zaman ve hangi dozda kullanılacağı kararını doktorunuz verecektir.



Coumadin İsimli Pıhtıönler İlacınızı Kullanırken Nelere Özen Göstereceksiniz?

1. Coumadin ağızdan günde tek doz olarak alınır.
2. İlacı her gün aynı saatte almak önemlidir.
3. Akşam saatlerinde alınması daha uygundur.
4. Aç ya da tok olarak alınabilir.
5. Bir bardak su ile alınmalıdır.
6. Genellikle her gün 5 mg (1 tablet) olarak başlanır. Nasıl başlanacağına ve hangi dozda devam edileceğine de doktorunuz karar verecektir.
7. İlaça başlamadan önce normal INR değerleri belirlenir. Bazı durumlarda istenen INR değerine ulaşmaya kadar damardan bir ilaç da verilmesi gerekebilir.
8. Eğer bir dozu almayı unutursanız veya yanlışlıkla hatalı bir dozda ilaç kullanırsanız bunu kitapçığa not ediniz. Ertesi gün ilacınızı normal dozunda kullanmaya devam ediniz ve asla iki doz birden almayınız. Eğer yanlış aldığınız doz normal dozunuzdan çok fazla miktarda ise doktorunuzla görüşünüz.

Coumadin Kullanırken İzlem Gereklidir!

1. Doktorunuz sizi izlerken INR testi yaptıracaktır. Bu test kanınızın ne kadar sürede pıhtılaştığını ölçer. Kanın normal INR değeri yaklaşık olarak 1' dir.
2. Kullanmanız gereken ilaç dozu INR testi sonucuna göre belirlenir.
3. Doktorunuz söylemeden ilacınızı bırakmayınız ya da dozunda değişiklik yapmayınız.
4. Her zaman tedbirli olunuz ve en az bir haftalık ilaç dozunuz kaldığında ilacınızı yeniden yazdırınız.

Coumadin Kullanırken Neler Yapalım - Neler Yapmayalım?

1. **Coumadin kullanırken egzersiz yapılmasında sakınca var mı?**
 - Coumadin kullanırken kanama riski olan etkinliklerin ve boks, karate gibi sporların yapılması sakıncalıdır.
 - Kanama riski olmayan etkinliklerin yapılmasında sakınca yoktur.

2. Coumadin kullanırken diş bakımı nasıl yapılmalıdır?

- Coumadin kullanırken dişlerin yumuşak bir fırça ile nazikçe fırçalanması gerekir. Sert darbeler kolaylıkla dişeti kanamasına neden olabilir. Diş ipi kullanımında da nazik davranmak gerekir.
- Eğer kendiliğinden dişeti kanamaları oluyorsa, bu durum coumadin dozunun fazla olduğunun bir habercisi olabilir. Bu durumda mutlaka doktorunuza haber veriniz.
- Diş tedavisi yaptırmadan önce diş hekimine mutlaka coumadin kullandığınızı söylemeniz gerekir. Coumadin kullanırken diş çekimi ya da kanamaya neden olabilecek bir işlem yapılacaksa gerektiğinde ilacınızın dozunun yeniden ayarlanması gerekebilir.

Coumadin Bazı İstenmeyen Etkilere Neden Olabilir!

1. Pıhtıönler ilaçların en önemli yan etkisi kanamadır. Eğer aşağıdakilerden herhangi biri ile karşılaşırsanız tıbbi bakıma başvurunuz ve hızla INR değerinizi ölçtürünüz:
 - Uzamış burun kanamaları (10 dakikadan uzun)
 - Kusma ile birlikte kan görülmesi
 - Tükürükte kan
 - İdrar veya dışkıda kan
 - Siyah renkte dışkılama
 - Şiddetli veya kendiliğinden dişeti kanamaları oluşması
 - Olağan dışı baş ağrıları
 - Adet kanamalarında olağan dışı artma görülmesi
 - Vücudunuzun herhangi bir yerinde çarpma olmaksızın morluklar gelişmesi
2. Ciltte kaşıntı ve döküntü, karın krampları gibi yan etkileri de olabilir. İlaça bağlı olabileceğini düşündüğünüz bir durumla karşılaştığınızda doktorunuza danışınız.

Dikkat Etmeniz Gerekenler!

1. Herhangi bir yerinizi kesmeniz durumunda temiz ve kuru bir bez ile bu bölgeye en az 5 dakika yumuşak bir basınç uygulayınız.
2. Eğer INR değerini 5 üzerinde ise ilaç almayı bırakınız ve hemen doktorunuzu arayınız.
3. Araç içi-dışı trafik kazaları, kesici-delici alet yaralanmaları, darp, yüksekte düşme, Şiddetli baş çarpması gibi iç ve dış kanamaya neden olabilecek durumlarda derhal bir hastaneye başvurunuz.

Kullandığınız Bazı İlaçlar Coumadin İle Etkileşerek INR Düzeyinizi Değiştirebilir!

1. Eğer pıhtıönler ilaç kullanırken aynı zamanda bir başka ilacı kullanmaya başladıysanız ya da kullandığınız bir ilacı sonlandırdıysanız, doktorunuz sizden bir hafta içerisinde yeni bir kan testi yaptırmanızı isteyebilir. Bu testin amacı yapılan ilaç değişikliğine rağmen INR düzeyinizin arzulanan düzeyde kaldığından emin olmaktır. Böyle bir durumda ayrıntılı bilgi almak için doktorunuza başvurunuz.
2. Eğer bitkisel ilaçlar dahil reçete ile satılmayan ilaçlardan kullanmayı düşünüyorsanız eczacınıza pıhtıönler ilaç kullandığınızı belirtin ve kitapçığınızdaki ilaç dozunuzu ve INR değerlerinizi gösterin. Böylelikle eczacılar sizin için güvenli olan ilaçları kullanmanızı önerebilirler. Ancak bu konuda da doktorunuzdan bilgi almanın daha güvenli olduğunu unutmayınız.
3. Doktorunuz tarafından özellikle reçete edilmedikçe aspirin kullanmayınız.
4. Ayrıca, cataflam, dolorex, kalidren, diclomec, difenak, dikloron, miyadren, voltaren, advil, artil, brufen, dolgit, dolorin, ibu-600, nurofen, profen, siyafen, suprafen, upren gibi ağrı için sık kullanılan ilaçlardan sakınınız. Ağrı kesici ilaç gerektiğinde paracetamol veya kodein içeren ilaçların kullanılması kabul edilebilir. Bu konuda doktorunuza danışınız.
5. Kemoterapi alırken coumadin başlanan ya da coumadin alırken kemoterapi başlanan hastalarda tedavinin ilk birkaç haftası çok dikkatli olunması ve sık INR izlemi ile coumadin dozunun ayarlanması gerekmektedir.
6. Daha pek çok ilaç coumadin ile etkileşime girerek INR düzeyinizi değiştirebilir. Bu konuda da doktorunuza danışmanız önemlidir.

Yiyeceklerinize Dikkat Etmelisiniz!

1. Beslenme düzeninizdeki herhangi temel bir değişiklik vücudunuzun pıhtıönler ilaca verdiği yanıtı değiştirebilir, INR testi aşırı yükselebilir ve beklenmeyen kanamalar olabilir.
2. Özellikle K vitamini açısından zengin gıdalar INR sonuçlarınızı değiştirebilir. Bu gıdalar arasında brokoli, marul, yeşil lahanalar, ıspanak gibi yeşil yapraklı sebzeler, bezelye, karaciğer, yumurtanın sarısı, buğday kepeği ve yulaf gibi tahıllar, kaşar peyniri, soya ve zeytinyağı sayılabilir. Bu gıdaların alınması

Pıhtıönler İlaç (Coumadin) Kullanan Hastalar İçin Kılavuz

sağlıklı bir beslenme için gereklidir; ancak, bunları aşırı miktarda tüketmeniz INR sonucunuzdaki kararlı hali değiştirebilir. Bu gıdalardan düzenli bir şekilde aynı miktarda almaya gayret ediniz.

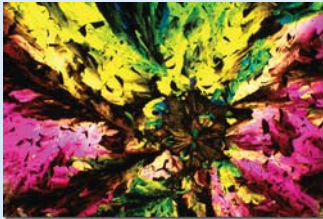
3. Kırmızıbiber, papatya, melek otu, solucan otu, sarımsak, keten tohumu, zencefil, yeşil çay, atkestanesi, tekesakalı, kavak tomurcuğu, zerdeçal, aslankuyruğu gibi bitkiler coumadin gibi pıhtıönler ilaçların etkisini artırıp kanamaya neden olabilirler. Bu konuda dikkatli olmanızı öneriyoruz.
4. Herhangi bir diyet uygulamasına gereksinmeniz varsa diyet uzmanınıza da coumadin kullandığınızı belirtmelisiniz.
5. Beslenme şeklinizde 7 günü aşan sürelerde belirgin değişiklikler olursa INR testi yaptırmalısınız.
6. Pıhtıönler ilaç kullanırken aşırı alkol alımının da tehlikeli olabileceğini unutmayınız.

Gebelik

1. Pıhtıönler ilaçlar gebeliğin ilk üç ayında bebeğin gelişimini etkileyebilir. Gebe kalmayı planlayan ve bu ilaçlardan kullanan kadınlar gebelikten önce bu isteklerini doktorları ile paylaşmalı ve tartışmalıdır.
2. Pıhtıönler ilaç kullanırken gebe kalmış olabileceğini düşünen kadınlar ise en kısa zamanda bir gebelik testi yaptırmalı ve sonuç pozitif ise derhal doktoruna başvurmalıdır.
3. Pıhtıönler ilaç kullanırken süt vermenin bilinen bir sakıncası yoktur.

**Herhangi bir sorunuz olduğunda
doktorunuza danışmaktan çekinmeyiniz!**

Coumadin





**TÜRK
KARDİYOLOJİ
DERNEĞİ**

Darülaceze Cd. Fulya Sk. Ekşioğlu İş Merkezi 9/1

Okmeydanı, 34384 İstanbul

T. 212 221 17 30 / 38 F. 212 221 17 54

tkd@tkd.org.tr

www.tkd.org.tr