



قابل توجه بیمارانی که از داروی وارفارین استفاده می نمایند:

این دارو برای کاهش انعقاد خون شما / بیمار شما تجویز گردیده است. این دارو عمدتاً برای بیمارانی که دریچه مصنوعی قلب داشته و یا با گذاشتن یک رگ مصنوعی برای آنها شانت ایجاد کرده اند و یا ورید های اصلی بدن را به سرخرگ ششی متصل کرده اند و یا برخی از موارد دیگر مورد استفاده دارد و با استفاده از آن شانس لخته شدن خون در این دریچه ها و یا رگ ها کم می شود. تاثیر این دارو روی بدن و تعیین مقدار موثر آن با انجام آزمایش زمان پروتروبین و آزمایش $PT + INR$ سنجیده می شود. هر فرد نیاز به یک دوز خاصی از این دارو دارد که پزشک معالج با انجام آزمایش فوق می تواند مقدار دارو را مشخص کند. از طرفی فاکتور های زیادی از جمله مصرف همزمان داروهای دیگر و یا مصرف مواد غذایی و برخی از بیماری ها می تواند اثر این دارو را کاهش داده و یا افزایش دهد. اگر زمان $PT + INR$ کاهش یابد شانس ایجاد لخته در بدن زیاد می شود و اگر افزایش بیش از مقدار مناسب پیدا کند، بیمار را مستعد به خونریزی در اثر ضربه و یا خود بخود می نماید. بنابراین لازم است که در هنگام مصرف این دارو نکات زیر را رعایت کنید:

- ۱- سعی کنید که دارو را از یک شرکت دارویی از داروخانه درخواست نمایید (با نشان دادن جعبه وارفارین قبلی).
- ۲- آزمایش $PT + INR$ نیاز به دقت بالا دارد و لازم است که در آزمایشگاههای معتبر انجام شود. بنابراین فقط در آزمایشگاهی که پزشک معالج توصیه می کند این آزمایش را انجام دهید.
- ۳- آزمایش $PT + INR$ لازم است که در فواصل معین (مثلاً هر ماه و یا هر ۲ ماه) انجام شود. زمان انجام آزمایش را پزشک معالج تعیین می نماید.
- ۴- در زمانی که یک داروی جدید (مثلاً آنتی بیوتیک) برای بیمار شما شروع می شود و بیش از ۵ روز این دارو تجویز می گردد، در حین مصرف داروی جدید، آزمایش را مجدداً تکرار نمایید.
- ۵- به پزشکان دیگر و دندانپزشکان اعلام نمایید که بیمارتان داروی وارفارین می گیرد که برای تجویز دارو یا عمل جراحی یا اقدامات دندانپزشکی به این مسئله توجه داشته باشند.
- ۶- بیمار باید از فعالیت های بدنی و ورزش هایی که با شانس بالای ضربه به بدن همراه هستند مثل ورزش های رزمی، دوچرخه سواری و موارد مشابه خودداری کند و به همبازی ها و مسئولین مدرسه وی نیز این موضوع را گوشزد نمایید.
- ۷- در صورت بروز خونریزی از هر قسمت بدن به پزشک معالج اطلاع دهید و اگر خونریزی جدی است سریعاً به یک مرکز پزشکی مراجعه نمایید. سعی نمایید با فشار بر روی محل خونریزی (در صورت امکان) از ادامه خونریزی جلوگیری نمایید.

۸- از تماس با اشیاء برنده نظیر قیچی و تیغ و چاقو خودداری گردد.

۹- داروهای زیر می تواند اثر وارفارین را در بدن کاهش یا افزایش دهد. لذا لازم است به پزشک معالج خود در مورد مصرف این داروها اطلاع دهید.

الف: داروهای ضد درد مثل استامینوفن، ناپروکسن و بروفن

ب: داروهای گوارشی مثلا سایمتیدین، ملین ها و بیسموت

ج: داروهای گیاهی مثل سیر، چای سبز

د: برخی از ویتامین ها

۱۰- مواد غذایی مختلف می تواند با اثر وارفارین در بدن تداخل ایجاد کند. بهترین توصیه این است که از یک رژیم معتدل و یکنواخت غذایی استفاده نمایید تا پزشک معالج بتواند بر اساس این رژیم غذایی آزمایش PT + INR و دوز موثر وارفارین را برای بیمار تعیین نماید.

مواد غذایی که می تواند اثر وارفارین را در بدن کاهش دهد عبارتند از:

الف: سبزیجات مثل کلم کاهو، اسفناج، پیازچه، کلم بروکلی، چغندر و جعفری

ب: جگر

ج: سس مایونز، کره مارگارین، روغن کاندولا و روغن سویا

د: به مقدار کمتر با گوشت گوسفند و مرغ و تخم مرغ و لبنیات و آجیل و میوه ها

همانگونه که اشاره شد مصرف مواد غذایی فوق اگر به صورت منظم استفاده شود مشکلی ایجاد نمی نماید ولی مصرف هر از گاه آن به مقدار بیش از حد معمول می تواند اثر دارو را عمدتا کاهش دهد و زمینه را برای ایجاد لخته در بدن افزایش دهد.

۱۱- چنانچه بیمار خانم بوده و ازدواج کرده و قصد حاملگی دارد، حتما باید با پزشک معالج در مورد مصرف وارفارین مشورت نماید.

دکتر محمد رضا صبری

متخصص کودکان و نوزادان

فوق تخصص قلب کودکان

استاد دانشگاه