

[illegible]

Co to jest leczenie przeciwzakrzepowe?

Leki przeciwzakrzepowe, czyli antykoagulatoryjne, to preparaty zmniejszające krzepliwość krwi. Stosuje się je w celu zapobiegania powstawaniu zakrzepów lub rozpuszczenia już istniejących skrzepin. Leczenie związane jest z ryzykiem wystąpienia ciężkich powikłań krwotocznych, dlatego konieczna jest ścisła współpraca pacjenta z lekarzem. Należy dokładnie przeczytać poniższy tekst, żeby zapoznać się z zasadami leczenia tymi preparatami.

Jakie leki przeciwzakrzepowe dostępne są na polskim rynku?

1. Leki starszej generacji, czyli tzw. antagoniści witaminy K:
- **Sintrom** (acenocumarol) tabletki 4mg, **Acenocumarol WZF** tabletki 4 mg (o kształcie czterolistnej koniczyny), tabletki 1mg, **Warfin** (warfaryna) tabletki 3 mg (jasnoniebieskie) i 5 mg (jasnoróżowe)
2. Leki nowszej generacji (tzw. NOAC):
- **Eliquis**®(apiksaban), **Pradaxa**®(dabigatran), **Xarelto**®(rywaroksaban).
Te dwie grupy leków różnią się mechanizmem działania i mają nieco inne wskazania. Np. pacjenci z mechanicznymi protezami zastawek serca nie mogą przyjmować leków nowszej generacji. Decyzje dotyczące leczenia przeciwzakrzepowego podejmuje lekarz, uwzględniając sytuację zdrowotną konkretnego pacjenta.

Kiedy stosuje się leczenie przeciwkrzepliwe?

Najczęstsze wskazania do leczenia przeciwzakrzepowego to:

- implantacja protez zastawek serca, czyli tzw. sztucznych zastawek (mechanicznych i biologicznych)
- migotanie przedsionków
- skrzepiny w jamach serca
- żylna choroba zatorowo-zakrzepowa

Co to jest INR?

INR – International Normalized Ratio – znormalizowany wskaźnik aktywności protrombiny. Oznaczenia INR służą do monitorowania skuteczności leczenia przeciwzakrzepowego.

Dlaczego oznaczanie INR jest ważne?

Jeżeli przyjmujesz Acenocumarol, Sintrom lub Warfin, musisz oznaczać wskaźnik INR. Na początku należy oznaczać go nieco częściej, np. 1-2 razy w tygodniu, później w większości przypadków 1-2 razy na miesiąc. Jeśli wskaźnik mieści się w przedziale wartości zaleconych przez lekarza, oznacza to, że jesteś leczony skutecznie. Pamiętaj, tych leków nie przyjmuje się w standardowych dawkach! Dawka jest ustalana indywidualnie!

Co oznacza „wysoki”, a co „niski” INR?

Jeśli wartość INR jest wyższa niż zalecana, rośnie ryzyko krwawienia. Wtedy w porozumieniu z lekarzem zmniejsza się, a czasem

pomija dawkę leku. Jeśli wartość INR jest niższa niż zalecana, nie jesteś skutecznie chroniony przed wystąpieniem powikłań zakrzepowych. Wtedy w porozumieniu z lekarzem należy zwiększyć dawkę.

Co to jest zalecany INR?

O zalecanych wartościach INR powinien poinformować Cię lekarz. Nie wszyscy pacjenci mają zalecane takie same przedziały wartości INR. Mogą to np. być wartości rzędu 2-3 lub też 2,5-3,5.

Jak przyjmuje się lek przeciwkrzepliwy?

Doustnie, raz dziennie, najlepiej o tej samej porze dnia.

Co zrobić w przypadku przegapienia dawki leku?

Nie zażywaj podwójnej dawki! Przyjmij dawkę zaleconą na ten konkretny dzień, oznacz INR, kolejną ustal po konsultacji z lekarzem.

Jakie są działania niepożądane?

Najbardziej groźnym działaniem niepożądanym jest krwawienie, a zwłaszcza krwotok do ośrodkowego układu nerwowego. Dlatego tak ważna jest kontrola INR. Reakcje alergiczne zdarzają się, ale nie są częste.

Objawy alarmowe:

- silne bóle głowy
 - wymioty, nudności o znacznym nasileniu
 - zaburzenia równowagi
 - smoliste stolce, krew w stolcu
 - krwawienie z dziąseł
 - obecność krwi w moczu – różowe, czerwone zabarwienie moczu
 - przedłużające się i obfitsze niż zwykle krwawienia miesiączkowe
- Jeśli zauważysz któryś z powyższych objawów, pilnie skontaktuj się z lekarzem.**

O czym jeszcze koniecznie powinienś wiedzieć?

Leki przeciwkrzepliwe wchodzi w interakcje z innymi preparatami. Niektóre z nich mogą nasilać ich działanie, co wiąże się z ryzykiem wystąpienia powikłań krwotocznych. Inne mogą to działanie osłabiać, przez co możesz nie być wystarczająco chroniony przed powstawaniem skrzepin. Zawsze informuj lekarzy o tym, że przyjmujesz leki przeciwzakrzepowe. Jeśli planujesz zażywanie leków kupionych bez recepty, obowiązkowo skonsultuj się z lekarzem. Zawarte w nich składniki mogą wpływać na zleconą terapię przeciwkrzepliwą.

Koniecznie informuj stomatologa o leczeniu przeciwkrzepliwym! Podczas niektórych zabiegów lek przeciwzakrzepowy powinien być czasowo zmieniony na heparynę drobnocząsteczkową w postaci iniekcji podskórnych. Jeśli masz implantowaną protezę zastawki, poinformuj o tym stomatologa. Niektóre zabiegi stomatologiczne powinny się wtedy odbywać w osłonie antybiotykowej.

W trakcie leczenia przeciwzakrzepowego powinno się unikać wstrzyknięć domięśniowych – istnieje ryzyko powstania krwiaka w miejscu wstrzyknięcia. Unikaj sportów urazowych i kontaktowych. Zamiast boks wybierz bieganie. Kobiety przyjmujące leki przeciwzakrzepowe powinny zawsze poinformować lekarza, jeżeli planują ciążę. Doustne leki przeciwzakrzepowe mogą negatywnie wpłynąć na rozwój płodu!

Jeśli Twoja dieta zawiera sałatę, brokuły czy kalafior, poinformuj o tym lekarza, który odpowiednio dostosuje dawkę leku. Te warzywa zawierają duże ilości witaminy K, działającej antagonistycznie do leków przeciwzakrzepowych, czyli osłabiającej działanie tych leków. Spożywanie pokarmów zawierających tę witaminę powinno być możliwie równomierne. Pamiętaj, że niektóre rośliny i zioła, np. ginkgo biloba czy czosnek, nasilają działanie doustnych leków przeciwzakrzepowych.

Znacznie ogranicz lub wyeliminuj spożywanie alkoholu! Może on zarówno nasilać działanie leków przeciwzakrzepowych, jak i je osłabiać. Pamiętaj, że reakcja na alkohol jest indywidualna i zależy od metabolizmu konkretnej osoby.

Jeśli wybierasz się w podróż, zawsze zabieraj ze sobą lek przeciwkrzepliwy i miej go w podręcznym bagażu. Nawet krótka przerwa w terapii może być niebezpieczna. Na rynku dostępne są podręczne, kompaktowe aparaty do oznaczania INR (podobne do glukometrów). Oznaczeń INR dokonuje się po nakłuciu i pobraniu kropli krwi z opuszka palca.

A co w przypadku terapii lekami przeciwzakrzepowymi nowej generacji?

Nie trzeba wtedy oznaczać INR, bo mają one inny mechanizm działania niż starsze leki i nieco inne wskazania. Ale uwaga! Jak dotąd leki te nie są zarejestrowane do leczenia chorych z implantowanymi mechanicznymi protezami zastawek serca.

Ważne!

Integralną częścią poradnika jest karta indywidualnej kontroli wskaźnika INR. Systematyczne zapisywanie wyników badań i zaleconych dawek leku ustalonych przez lekarza ułatwi Ci stosowanie się do jego zaleceń. Warto mieć ten dokument przy sobie podczas każdej wizyty lekarskiej i stomatologicznej.

Uwaga – broszura jest objęta prawami autorskimi. Można ją pobierać bezpłatnie, ale wyłącznie w udostępnionej postaci i do użytku niekomercyjnego. Ingerencje w tekst i formę nie są dozwolone. Bezpłatnej licencji na druk udzieliła dr n. med. Anna Słowikowska, autorka książki „Serce w dobrym stylu. Jak świadomie zarządzać swoim zdrowiem”



©Wszelkie prawa zastrzeżone.



Leczenie przeciwzakrzepowe

Poradnik leczenia przeciwzakrzepowego z kartą kontrolną

Opracowanie merytoryczne:
dr n. med. Anna Słowikowska, kardiolog

