

وارفارین چیست؟

وارفارین یک داروی ضد انعقاد خون است که برای پیشگیری و درمان لخته‌های خون و کاهش خطر سکته مغزی، حمله قلبی و سایر عوارض ناشی از لخته‌های خونی تجویز می‌شود.

نکات اساسی و حیاتی هنگام مصرف وارفارین

۱. نحوه مصرف دارو

- وارفارین را دقیقاً طبق دستور پزشک مصرف کنید و هرگز خودسرانه مقدار آن را تغییر ندهید.
- بهترین زمان مصرف، یک بار در روز و ترجیحاً عصرهاست (مثلاً بین ساعت ۶ تا ۸ شب).
- در صورت فراموش کردن یک نوبت، دُز بعدی را دو برابر نکنید. دُز فراموش‌شده را تنها در صورت یادآوری زودهنگام (تا چند ساعت) مصرف کنید، و در غیر این صورت روز بعد مقدار عادی را ادامه دهید.
- قرص را کامل بلعید و از خرد کردن یا جویدن آن خودداری نمایید.

۲. آزمایش و پیگیری

- اثربخشی وارفارین توسط آزمایش خونی به نام INR بررسی می‌شود. نتیجه این آزمایش تعیین می‌کند که دُز دارو مناسب است یا نیاز به تغییر دارد.

- آزمایش INR باید طبق برنامه منظم پزشک انجام شود، حتی اگر حالتان خوب است.

۳. احتیاطات مهم و علائم هشداردهنده

- خونریزی‌هایی مانند خونریزی لثه، بینی، خون در ادرار یا مدفوع، کبودی بی‌دلیل یا شدید، سردرد شدید، استفراغ خونی یا تیره، ضعف یا بی‌حسی را جدی بگیرید و فوراً به پزشک مراجعه کنید.
- در صورت افتادن یا ضربه به سر، حتی بدون علائم، سریعاً به اورژانس مراجعه کنید.

۴. تداخلات دارویی و تغذیه‌ای

- وارفارین می‌تواند با بسیاری از داروها و مکمل‌ها تداخل داشته باشد. هر داروی جدید را فقط با اطلاع پزشک شروع کنید.
- مصرف مداوم و ثابت سبزیجات و میوه‌های حاوی ویتامین K (مانند اسفناج، کلم، کاهو و بروکلی) اهمیت دارد؛ تغییرات ناگهانی در مصرف این مواد می‌تواند اثر دارو را تغییر دهد.
- از مصرف آب گریپ‌فروت، آب قره‌قاپ و الکل خودداری کنید زیرا می‌توانند خطر خونریزی را افزایش دهند.

باید احتیاط شود یا پرهیز شود

مجاز و کم‌خطر

سبزیجات برگ سبز (اسفناج، کلم، کاهو و غیره)	گوشت‌ها، مرغ، ماهی، تخم مرغ
جگر حیوانات و روغن‌های نباتی	نان، برنج، ماکارونی
گریپ فروت، انبه، زردچوبه، سیر، زنجبیل	لبنیات کم چرب، بیشتر میوه‌ها
نوشیدنی‌های حاوی سویا و الکل	مصرف آب کافی

۵. اقدامات پیشگیرانه هنگام درمان

- کارت هشدار مخصوص بیماران وارفارین یا دفترچه درمانی را همواره همراه داشته باشید و پزشکان و دندان‌پزشکان را در جریان قرار دهید، مخصوصاً پیش از جراحی یا اقدامات دندانپزشکی.
- در صورت بارداری یا قصد بارداری، حتماً به پزشک اطلاع دهید زیرا وارفارین برای جنین خطرناک است.
- از فعالیت‌هایی که احتمال جراحت یا بریدگی دارند پرهیز کنید.

بیمارستان سینا