

(SCHEDA INFORMATIVA PER IL PAZIENTE)

**Cos'è il trattamento anticoagulante orale?**

I farmaci anticoagulanti orali attualmente disponibili in Italia, sono il **COUMADIN** 5mg (warfarin) e il **SINTROM** 4 mg e 1 mg (acenocumarolo). Questi anticoagulanti riducono la normale capacità del sangue di coagulare e non possono essere somministrati a dosi fisse come invece avviene per altri farmaci.

Ogni paziente richiede una dose diversa di farmaco per raggiungere il livello di anticoagulazione adeguato.

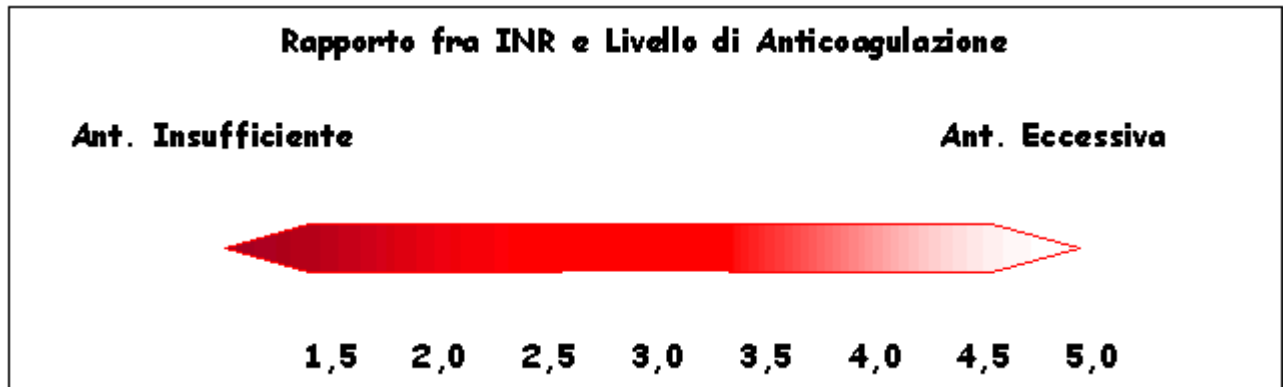
Per controllare l'effetto della Terapia Anticoagulante Orale (= **TAO**) occorre misurare l'**INR** su un campione di sangue. E' indispensabile ripetere periodicamente il controllo dell'INR poiché, anche nella stessa persona, può essere necessario cambiare la dose di farmaco anticoagulante per mantenere un livello adeguato di anticoagulazione (= range terapeutico).

**Cos'è l'I.N.R.?**

Il test di laboratorio che misura il livello di coagulazione del sangue si chiama "tempo di Protrombina" (PT).

Per le persone in TAO il PT viene espresso in **INR** (Rapporto Internazionale Normalizzato) che permette un'espressione uniforme dei risultati indipendentemente dal tipo di reagente usato nel laboratorio. In questo modo i valori di INR determinati in diversi laboratori sono paragonabili tra loro.

Questo consente al paziente di poter controllare il proprio trattamento anticoagulante anche se si trova lontano dal Centro di Sorveglianza a cui abitualmente fa riferimento.



Dosi ed orari di assunzione

Occorre seguire scrupolosamente le prescrizioni nell'assunzione della dose giornaliera di anticoagulante orale e presentarsi puntualmente al controllo dell'INR.

La dose di anticoagulante prescritta dovrebbe essere assunta sempre alla stessa ora (possibilmente di pomeriggio) scegliendo un'orario in cui sia più facile ricordarselo. Non occorre il digiuno.



Ho dimenticato di assumere l'anticoagulante!!! Cosa fare?

Nella stessa giornata la dose di anticoagulante può essere assunta anche più tardi (fino alla mezzanotte); oltre questo termine si salta la dose avendo cura di segnalare la mancata assunzione sulla propria scheda terapeutica. **Non assumere due dosi di anticoagulante nella stessa giornata.**



Cosa posso mangiare?

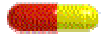
Non esiste una dieta specifica per il paziente in trattamento anticoagulante orale. L'indicazione è di seguire un **regime alimentare equilibrato** mantenendo **costante l'apporto di frutta e vegetali**, soprattutto quelli a foglia verde (spinaci, broccoli, cavoli, lattuga ecc) più ricchi di vitamina K (che riduce l'effetto degli anticoagulanti orali).

Tisane ed infusi potrebbero avere effetti sul livello di anticoagulazione.



Gli **alcolici**, se assunti in quantità eccessiva influenzano il livello di coagulazione.

No alle diete "fai da te". E' bene mantenere le stesse abitudini alimentari anche in vacanza.



Se devo assumere altri farmaci cosa succede

Si raccomanda di **informare** sempre **tutti i medici** del trattamento anticoagulante in atto.

Molti farmaci interferiscono aumentando o diminuendo l'effetto della TAO: non bisogna assumere nuove medicine o prodotti che contengono aspirina se non prescritti dal medico. Tutto il personale sanitario con cui entrate in contatto deve essere informato che siete TAO.

In caso di assoluta necessità qualunque farmaco può essere usato sotto stretta sorveglianza medica e con l'attenzione di effettuare controlli dell'INR più frequenti se vi è o non è nota l'interferenza con la TAO.



Le iniezioni intramuscolari possono provocare ematomi; è bene limitarle il più possibile avendo cura di applicare del ghiaccio sulla zona prima e dopo l'iniezione. Non esistono particolari controindicazioni per le vaccinazioni compresa quella antinfluenzale.

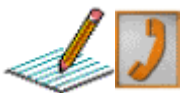
I **prodotti d'erboristeria** che contengono sostanze ad effetto farmacologico possono influenzare la TAO in modo imprevedibile ed importante; per tale motivo se ne **sconsiglia l'uso**.

Avvertire il Centro dell'intenzione di avere una gravidanza o immediatamente dopo un test di gravidanza positivo.



Posso praticare sport?

E' ammessa attività fisica in rapporto alle proprie condizioni generali. Sono sconsigliate attività sportive che possano procurare traumi o ferite.



Che cosa devo ricordami di comunicare tempestivamente al Centro di Sorveglianza

Errori nell'assunzione della dose di anticoagulante.

Inizio di una dieta o notevoli variazioni al regime alimentare precedente: **il digiuno** **potenzia l'effetto degli anticoagulanti.**

Assunzione di nuovi farmaci e durata prevista del trattamento.

Sospensione di farmaci.

Comparsa di lividi senza trauma accertato.

Problemi emorragici: avendo cura di quantificare il **grado di emorragia** (quanto sangue si è perso) la **sede dell'emorragia** (da dove esce il sangue) e la **frequenza del sintomo** (quante volte è successo).

Aumento importante del flusso mestruale.

Traumi importanti anche senza danno apparente, soprattutto se alla testa e/o alla schiena.

Appuntamenti per esami endoscopici e/o invasivi.

Appuntamenti per estrazioni dentarie o interventi odontoiatrici.

Segnalare al Centro eventuali cambiamenti di indirizzo e numero telefonico.

In caso di ricovero portare una lettera di dimissione dell'Ospedale.



NOTA : Abbi cura di portare sempre con te uno scritto che informi che sei in trattamento anticoagulante e la motivazione dello stesso (es.Mi chiamo Rossi Ugo nato il..... e sono in trattamento anticoagulante orale perché sono portatore di protesi valvolare meccanica dal).

Il Coordinamento degli Infermieri Professionali FCSA

