

## Informácia pre pacientov

### Liečba s warfarínom

Pre Vaše ochorenie Vám bol odporučený liek Warfarín. Tento liek spôsobuje zníženie zrážanlivosti krvi - znižuje tvorbu krvných zrazenín. Krvné zrazeniny Vás životne ohrozujú najmä pri poruchách činnosti rytmu srdca, ochoreniach srdcových chlopní, stavoch po embólii pľúc a trombózach.

Rizikom užívania Warfarínu je vznik silného krvácania. Preto je potrebné nastavenie liečby a jej kontrola pod zvýšeným lekárskeym dohľadom. Na stanovenie účinku lieku sú potrebné pravidelné odbery krvi, kde sa zisťuje hodnota INR. Hodnota INR 1 odpovedá normálnemu zrážaniu (teda u ľudí bez liečby warfarínom), INR 2 znamená dvojnásobné predĺženie času zrážania, INR 3 trojnásobné.

Cieľová hodnota Vášho INR je v rozmedzí 2 až 3, najmä pri začiatku liečby sa môže odlišovať.

Warfarín pôsobí v kaskáde zrážania krvi – blokuje pôsobenie vitamínu K. Preto sa v strave treba vyhýbať Vitamínu K – jeho konzumácia blokuje pôsobenie Warfarínu. Vid' nižšie odporúčenia.

Medzi faktory spôsobujúce zvýšenie tvorby krvných zrazenín patrí najmä fajčenie, vyššie hodnoty tukov v krvi, strava s vysokým obsahom tukov, nadváha, cukrovka. Zvýšený konzum alkoholu môže viesť k poškodeniu pečene, ako aj poškodeniu sliznice žalúdka a spôsobiť krvácanie do gastrointestinálneho traktu. Preto je nutné vyhýbať sa alkoholu >30% , a konzumovať len malé množstvá.

V prípade návštevy zubára, alebo iného lekára je treba upozorniť nato, že užívate Warfarín. Pred malými zákrokmi u zubára väčšinou stačí vynechať warfarín na 2-3 dni, následne sa vrátiť k pôvodnému dávkovaniu. V prípade väčšieho zákroku je nutné poradiť sa s lekárom, eventuelne podľa druhu ochorenia bude nutné preklenutie doby vynechania Warfarínu s iným liekom (frakcionovaný heparín, podávaný injekciou pod kožu).

Riziko vedľajších účinkov – krvácania – vzniká najmä ak sa berú lieky bez kontroly lekára. Napriek pravidelnej kontrole však môže dôjsť k menším krvácaniam – napríklad z nosa, tvorby modrín, červenému zafarbeniu moča, prímesy krvi v stolici, čiernej stolici. Pri menštruácii môže dôjsť k predĺženiu a k zintenzíveniu krvácania. V prípade silných bolestí hlavy je nutné informovať lekára. Počas liečby warfarínom sa nesmú podávať žiadne injekcie do svalov, alebo kĺbov. V prípade bolestí, začervenania kože, vyrážok ihneď informujte lekára.

Na správne nastavenie liečby je treba dodržiavať nasledovné **odporúčania**:

1. Správne užívanie liekov – veľmi dôležité je neprestavovať si lieky podľa ľubovôle, pri veľkom zriedení krvi môže dôjsť ku krvácaniu do mozgu, alebo gastrointestinálneho traktu
2. Dodržiavať diétne odporúčania – **Vyhýbať sa** nasledovným potravinám (alebo príjem len v malom množstve): **kapusta, brokolica, špenát, šalát, sójový olej, avokádo**
3. Dodržiavať termíny kontrol, ako Vám odporučí lekár
4. Upozorniť lekára na iné lieky ktoré beriete, aj na doplnky stravy. V prípade doplnkov stravy sa treba vyhnúť preparátom obsahujúcich vitamín K. Je potrebné sa vyhnúť liekom ktoré taktiež pôsobia na riedenie krvi – napríklad obsahujúcej kys. Acetylsalicylovú (acylpirín) - ak Vám lekár nepovie inak, v začiatku liečby do dosiahnutia INR >2 je možné spojené užívanie