

NHS

الهيئة القومية لسلامة المرضى



الجمعية البريطانية
لأمراض الدم

معالجة تخثر الدم باستخدام

مضادات تخثر

عن طريق الفم

معلومات هامة

للمرضى

البيانات الخاصة بك

الاسم:

Name

العنوان:

Address

الرمز البريدي:

Postcode

هاتف المنزل:

Home telephone

الهاتف المحمول:

Mobile telephone

رقم المستشفى:

Hospital number

رقم هيئة

الصحة القومية:

NHS Number

في حالة الطوارئ، قم باستشارة:
In an emergency obtain advice from

اسم عيادة معالجة تخثر الدم:
Name of anticoagulant clinic

اسم الممرضة المتخصصة أو الشخص المسئول بالعيادة:
Name of specialist nurse or clinic contact

العنوان:
Address

رقم الهاتف العمومي:
Routine telephone number

رقم هاتف الطوارئ من أجل الاستشارة:
Emergency telephone number for advice

اسم الممارس العام:
Name of GP

العنوان:
Address

الرمز البريدي:
Postcode

رقم الهاتف:
Telephone number

الحالة التي تتطلب علاج:
Condition requiring treatment

اسم مضاد التخثر:
Name of anticoagulant

المعدل المعايير دولياً المستهدف :
Target INR

مدة المعالجة المقررة:
Intended duration of treatment

المعدل العلاجي المرغوب:
Desired therapeutic range

الطبيب السريري الذي قام بإحالة المريض:
Referring clinician

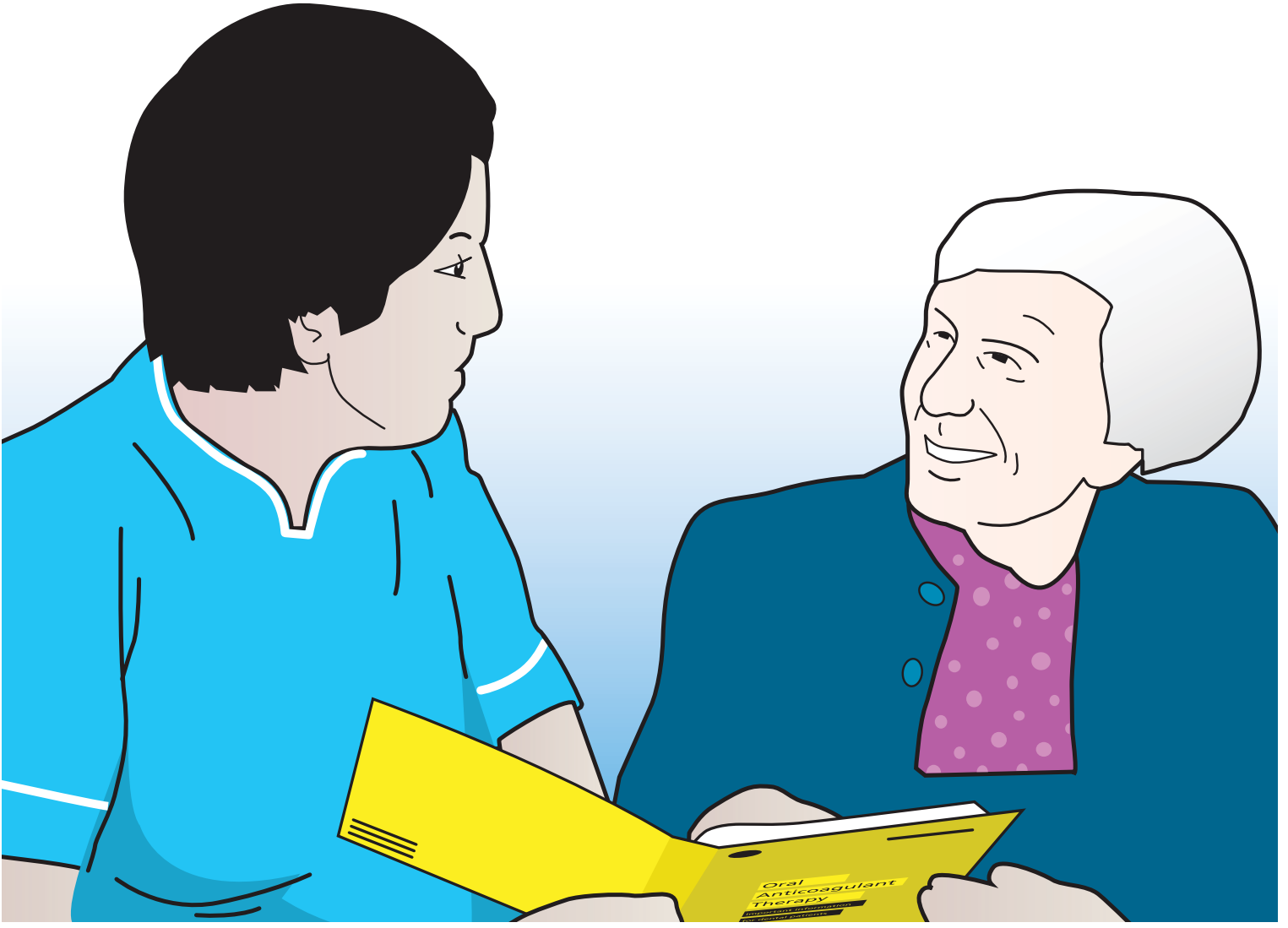
الطبيب السريري المشرف على معالجة التخثر:
Clinician managing anticoagulation

تاريخ بدء المعالجة:
Date treatment commenced

معلومات هامة للمرضى الذين يتناولون مضادات التخثر عن طريق الفم

مقدمة

لقد تم إعطائك هذا الكتيب لأنك ستبدأ تناول أدوية تُعرف بأنها مُضادات تخثر. سوف يقوم أخصائي الرعاية الصحية بقراءة هذا الكتيب معك ويشرح لك المقصود منه ويجب على أي أسئلة قد تكون لديك. وهو مؤهل لتقديم المشورة لك عند بداية معالجة التخثر الخاصة بك وعند مغادرتك للمستشفى وعندما تقوم بزيارة عيادة معالجة التخثر لأول مرة وفي أي وقت آخر تكون فيه بحاجة للمشورة.



كيف تستخدم هذا الكتيب

يحتوي هذا الكتيب على قدر من المعلومات أكبر من المعلومات التي وردت في النسخة السابقة. يقدم لك هذا الكتيب معلومات هامة حول المعالجة التي تتلقاها ومعلومات الاتصال التي تمكنك من الحصول على استشارات إضافية. لذلك، يجب أن يبقى هذا الكتيب في متناولك من أجل الرجوع إليه بسهولة.

سوف تحصل على "بطاقة منبه مضاد التخثر" والتي يجب عليك استيفائها وحملها في كافة الأوقات. وهذه البطاقة تدل على أنك تتناول أدوية مضادة للتخثر، وهذا أمر مهم في حال حدوث أية حالة طارئة وكذلك لتنبيه أخصائي الرعاية الصحية قبل أن تحصل على علاج آخر.

سوف تقوم أيضا عيادة معالجة التخثر بإصدار سجلات معالجة لك والتي تحتوي على نتائج آخر فحوصات الدم التي تم إجرائها لك وجرعة مضاد التخثر وتاريخ فحص الدم التالي.

وعلى حسب النظام الذي تتبعه عيادة معالجة التخثر، فإن سجل معالجتك قد يكون عبارة عن نموذج منفصل مطبوع على الآلة الكاتبة والذي يتم إرساله لك بعد كل فحص دم أو يكون عبارة عن سجل معالجة تراكمي شامل. ومن الممكن أن تكون هذه السجلات التراكمية مطبوعة على الآلة الكاتبة أو مكتوبة بخط اليد. ويوجد مكان لكي تقوم بحفظ هذه السجلات في ظهر مجلد مضاد التخثر الذي يتم تقديمه في البداية مع هذا الكتيب. ينبغي عليك أن تحتفظ بسجلات المعالجة عن الستة أشهر الأخيرة.

سوف يتعين عليك تقديم نموذج آخر سجل معالجة عند طلب واستلام أدوية خاصة بعلاج التخثر.

مضادات التخثر التي يتم تناولها عن طريق الفم

إن دواء مكافحة التخثر يمنع حالات تخثر الدم الحادة في أوعيتك الدموية وذلك عن طريق جعل الدم يأخذ وقتاً أطول لكي يتخثر.

ودواء الوارفارين هو أشهر الأدوية التي يتم استخدامها لمكافحة التخثر عبر الفم في هذا البلد. ومن بين الأدوية الأخرى التي يمكن استخدامها الفينينديون (دينديفان®) وأسينوكومارول (سينثروم®) وهما مشابهان للوارفارين من أوجه عديدة والتي منها الآثار الجانبية ومتطلبات المراقبة.

كيف أتناول مضاد التخثر؟

عليك أن تتناول مضاد التخثر مرة واحدة في اليوم وفي نفس الوقت تقريبا ويفضل أن تكون المعدة خالية وأن تقوم بشرب كوب ممتلئ من الماء أثناء تناول الدواء.

وإذا نسيت تناول جرعة أو أخذت جرعة عن طريق الخطأ، قم بتدوين ملاحظة بخصوص ذلك في هذا الكتيب. قم بتناول الجرعة العادية في اليوم التالي. وإذا كانت الجرعة التي أخذتها بالخطأ تزيد عن الجرعة العادية بشكل كبير، يرجى الاتصال بعيادة معالجة التخثر الخاصة بك.

ربما يتم إعطائك عدد من الأقراص بمستوى تركيز مختلف من أجل تعويض الجرعة، ومن المهم أن تصبح على معرفة بمستويات التركيز والألوان المختلفة التي يتعين عليك أخذها.

في المملكة المتحدة، ألوان أقراص الوارفارين هي:

	0.5 ميلي غرام (500 ميكروغرام) - أبيض
	1 ميلي غرام - بني
	3 ميلي غرام - أزرق
	5 ميلي غرام - قرنفلي

ربما تكون هناك علامات مختلفة لأنواع أقراص الوارفارين المختلفة عن العلامات الموضحة أعلاه. وقد تكون مضادات التخثر الأخرى ذات مستويات تركيز وألوان مختلفة.

وربما تحتاج إلى مزيد من الأقراص ذات الألوان المختلفة من أجل ضبط جرعتك. سوف يشرح أخصائي الرعاية لك هذا الأمر.

احذر من التباس الأمر عليك بحيث تخلط بين عدد غرامات الجرعة وعدد الأقراص التي تتناولها.

مراقبتك أثناء تناول مضاد التخثر

يجب أن يتم إجراء فحص دم منتظم لك يُسمى فحص INR. و INR يعني فحص المعدل المعياري دولياً وهو عبارة عن فحص معياري يقوم بقياس المدة التي يستغرقها الدم حتى يتخثر.

وعادة فإن معدل تخثر الدم الذي ليس به مضاد تخثر يكون 1.0 تقريباً. وسوف تعتمد جرعة مضاد التخثر التي تحتاجها على نتيجة فحص المعدل المعياري دولياً لديك. فإذا كانت نتيجتك بعيدة عن المعدل المناسب لحالتك، فإنه سوف يتم خفض أو زيادة جرعة مضاد التخثر التي تتناولها تبعاً لذلك. تختلف جرعة مضاد التخثر المطلوبة لتحقيق المعدل المعياري دولياً المستهدف من شخص لآخر.



خدمة معالجة التخثر في منطقتك

سوف تقوم عيادة معالجة التخثر أو الممارس العام الذي يشرف عليك بالترتيب لإجراء فحوصات الدم الخاصة بك.

ومن المهم أن تقوم بإخبار عيادة معالجة التخثر التي تتعامل معها بأي أدوية شرعت في تناولها أو توقفت عنها.

تختلف الخدمات في أرجاء المملكة المتحدة ويتم إتباع نماذج مختلفة من الإجراءات. وقد دونت معلومات مفصلة حول طريقة عمل عيادة معالجة التخثر التي تتعامل معها في ظهر مجلد مضاد التخثر والذي يتم تقديمه في البداية مع هذا الكتيب.

الأدوية المكررة

من المهم أن يتم إجراء فحوصات في كل مرة تطلب فيها الحصول على مضادات تخثر فموية. ويجب أن يشتمل ذلك على مراجعة نتائج فحوصات الدم ومعلومات الجرعة الخاصة بك والتأكد من أن إعطائك المزيد من الأقراص لا يشكل خطرا عليك.

وعندما تطلب أدوية مكررة، سوف يُطلب منك تقديم معلومات حول نتائج فحص معدل تخثر الدم الخاص بك والجرعة الحالية التي تتناولها من مضاد التخثر والتي تكون قد تلقيتها واحتفظت بها في مجلد مضاد التخثر الخاص بك.

وسوف يطلب منك أيضا الصيدلي الذي في منطقتك أن يطلع على هذه المعلومات عندما يصرف لك الأدوية.

وإذا كان من المتعذر عليك أن تطلب الأدوية وتسلمها بنفسك، فكن حريصا على أن يكون الشخص الذي يمثلك لديه هذه المعلومات.

وبالنسبة لخدمات توصيل الأدوية، فمن المفترض أن الصيدلي الذي يصرف لك الأدوية سيتصل بك للتأكد من معدل تخثر الدم والجرعة الحالية الخاصة بك.

تأكد من عدم نفاذ الأقراص التي معك وليكن لديك دائماً الأقراص التي تكفيك لمدة أسبوع.

الآثار الجانبية الخطيرة

إن أشد الآثار الجانبية خطورة عند استخدام مضادات التخثر هي النزف. في حال تعرضت لما يلي، عليك أن تذهب إلى الطبيب وتقوم بفحص المعدل المعايير دولياً لديك بشكل عاجل:

- نزيف عبر الأنف لفترات طويلة (أكثر من 10 دقائق)؛
- نزول دم أثناء القيء؛
- وجود دم في البلغم؛
- نزول دم في البول أو البراز؛
- تبرز براز أسود اللون؛
- تكدم حاد أو تلقائي؛
- صداع غير عادي؛
- بالنسبة للنساء، نزيف غزير أو متزايد أثناء فترة الحيض أو أي نزيف مهبلي آخر.

وفي حال جرحت نفسك، عليك أن تضغط على موضع الجرح لمدة خمس دقائق على الأقل باستخدام ضمادة جافة ونظيفة.

يجب عليك أن تحصل على رعاية طبية فورية في الحالات التالية:

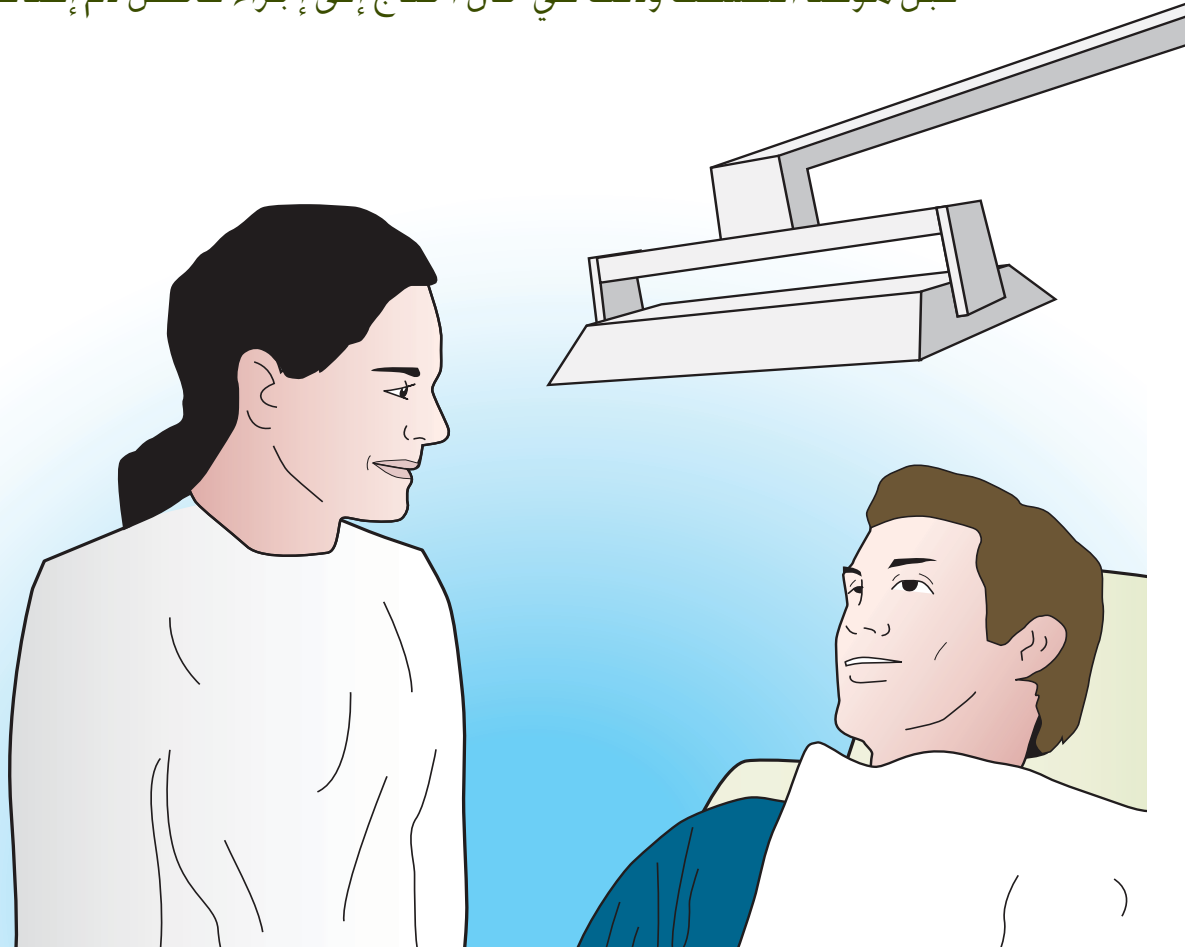
- إذا تعرضت لرض حاد؛
- إذا تعرضت لضربة قوية في الرأس؛
- إذا كنت لا تستطيع إيقاف النزيف.

الذهاب إلى طبيب الأسنان

بإمكانك الذهاب إلى طبيب الأسنان كالعادة.

في معظم الحالات، يمكنك الاستمرار في معالجة أسنانك بشكل طبيعي وبدون أن يتم إيقاف جرعة مضاد التخثر أو تعديلها.

مع ذلك، سوف يحتاج طبيب الأسنان إلى الإطلاع على نتيجة فحص المعدل المعايير دولياً من أجل التأكد من عدم وجود خطر في معالجة أسنانك. وسوف يستطيع طبيب الأسنان أن يقدم لك نشرة تشرح لك هذا الأمر وسوف يعطيك بعض النصائح الإضافية. ينبغي عليك أن تتصل بطبيب الأسنان قبل موعد الكشف وذلك في حال احتاج إلى إجراء فحص دم إضافي.



الأشياء التي يمكن أن تؤثر على تفاعل مضاد التخثر

الأدوية الأخرى

هناك أدوية عديدة يمكن أن تتفاعل مع مضادات التخثر.

إذا كنت، خلال فترة تناول مضادات التخثر، ستبدأ أيضا تناول دواء آخر أو تتوقف عنه، فإن من وصف لك الدواء قد ينصحك بأنه يجب عليك أن تقوم بإجراء فحص دم في غضون خمسة إلى سبعة أيام من بدء الدواء الجديد. والهدف من ذلك هو التأكد من أن المعدل المعايير دوليا الخاص بك لا يزال ضمن الحدود المرغوبة. يرجى الاتصال بعيادة معالجة تخثر الدم للحصول على نصائح إضافية.

إذا كنت تخطط لشراء أدوية بدون وصفة، بما في ذلك العلاجات البديلة، يتعين عليك أن تخبر الصيدلي بأنك تتناول مضاد للتخثر عن طريق الفم وقدم له بطاقة منبه مضاد التخثر الخاصة بك. وفي هذه الحالة، يستطيع الصيدلي أن ينصحك بخصوص الأدوية التي لا تشكل خطرا عليك.

وينبغي ألا تتناول أسبيرين ما لم يتم وصفه لك تحديدا من قبل الممارس العام المشرف عليك. من المستحسن أيضا أن تتجنب الأدوية الأخرى اللاستيرويدية والأدوية المضادة للالتهابات مثل ديكلوفيناك وايبوبروفين. يرجى ملاحظة أن بعض هذه الأدوية يمكن شرائها بدون وصفة في الصيدليات والتي تحمل أسماء من قبيل نوروفين®. ومن الأدوية المقبولة الباراسيتامول ومسكنات الألم التي تحتوي على كودين، ولكن كن على حذر حيث أن بعض منتجات الباراسيتامول "المركز" تحتوي على أسبيرين.

النظام الغذائي

من المهم أن تتناول وجبات متوازنة بشكل جيد.

قم باستشارة الطبيب أو الممرضة إذا كنت تحتاج القيام بحمية من أجل إنقاص وزنك.

إنه من الممكن أن يؤثر أي تغيير كبير في نظامك الغذائي على كيفية تفاعل جسمك مع أدوية مضاد التخثر التي تتناولها.

قد تؤثر الأغذية الغنية بفيتامين K على نتيجة فحص المعدل المعياري دولياً لديك. من بين تلك الأغذية الخضروات ذات الأوراق الخضراء والحمص والكبد وصفار البيض والحبوب التي تحتوي على نخالة القمح والشوفان والجبن الناضج والجبن الزرقاء والأفوكادو وزيت الزيتون. إن هذه الأغذية مهمة لنظامك الغذائي ولكن تناولها بكميات كبيرة قد يخفض من نتيجة فحص معدل المعايرة الدولية لديك. حاول أن تتناول نفس الكمية من هذه الأغذية بشكل منتظم. فإن حدوث تغير في معدل تناول فيتامين K هو الذي يؤثر على نتيجة فحص المعدل المعياري دولياً لديك.

وإذا تغير النظام الغذائي الخاص بك على مدى فترة سبعة أيام، فإنه ينبغي عليك أن تقوم بإجراء فحص المعدل المعياري دولياً .

الكحول

من المستحسن ألا تتجاوز الحدود الإرشادية القومية. وهي لغاية ثلاث وحدات في اليوم بالنسبة للرجل ولغاية وحدتين بالنسبة للنساء. والباينت الواحد من الجعة يعادل وحدتين؛ والكوب الواحد من الكحول بمقياس كوب الحانة يعادل وحدة واحدة؛ والكوب الواحد من الخمر بمقياس كوب الحانة يعادل وحدة واحدة.

من الخطر عليك "الإسراف في حفلات السكر الصاخبة" خلال فترة تناول مضادات التخثر.

الحمل

من الممكن أن تؤثر مضادات التخثر التي يتم تناولها عن طريق الفم على نمو الجنين في مرحلة الحمل المبكرة. وينبغي على النساء اللاتي يتناولن مضادات تخثر عن طريق الفم أن يناقشن مع طبيبهن خطط الحمل المستقبلية قبل حدوث الحمل كلما أمكن ذلك. والنساء اللاتي يعتقدن أنهن قد أصبحن حوامل أثناء تناول الوارفارين ينبغي عليهن إجراء فحص حمل في أسرع وقت ممكن، وإذا كانت نتيجة الفحص إيجابية، فينبغي تحديد موعد للقاء الطبيب بشكل عاجل. بإمكانك القيام بالرضاعة الطبيعية أثناء تناول أدوية مضادة للتخثر.

فترات الحيض

قد يتعرض النساء لنزول دم بشكل أغزر خلال فترات الحيض أثناء تناولهن لمضادات تخثر عن طريق الفم وربما يرغبن في استشارة الممارس العام المشرف عليهن أو ممرضة معالجة التخثر أو الصيدلي.

معلومات إضافية

هناك مجموعة من منظمات رعاية المرضى والتي بإمكانها أن تقدم لك المزيد من الدعم والمعلومات. توجد بيانات الاتصال بهذه المنظمات لدى عيادة معالجة التخثر المشرفة على حالتك.

الهيئة القومية لسلامة المرضى

4 – 8 Maple Street

لندن

W1T 5HD

هاتف: 020 7927 9500

فاكس: 020 7927 9501

0417

حقوق النسخ 2007 محفوظة للهيئة القومية لسلامة المرضى. تعود
حقوق النسخ والملكية الفكرية لهذه المادة إلى الهيئة القومية
لسلامة المرضى وكافة الحقوق محفوظة. تعطي الهيئة القومية
لسلامة المرضى لمنظمات الرعاية الصحية الحق في إعادة نسخ هذه
المادة من أجل استخدامها لأغراض تعليمية وليست تجارية.