

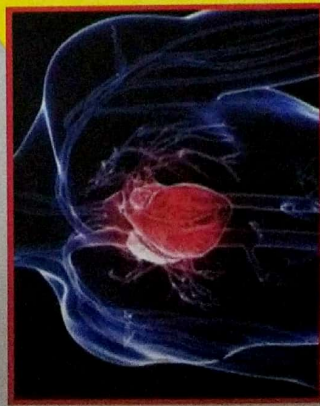
بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی

شهید محلاتی تبریز



آموزش مصرف وارفارین

در بیمارهای دریچه ای قلب



مرکز پیشگیری و ارتقاء سلامت بیمارستان

شماره تماس : ۳۴۴۹۵۴۲۵ - ۴۱

۰۴۱ - ۳۴۴۹۵۲۰۰

سینه بند را تا دوماه به هنگام نشستن و راه رفتن استفاده کنید.

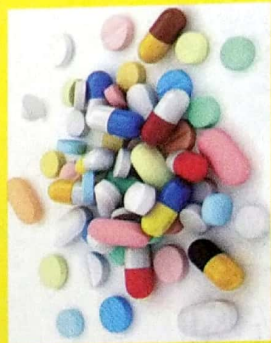
برای سرفه کردن، دست های خود را روی سینه جمع کنید. سوزش مختصر یا سوزن سوزن شدن برش های جراحی طبیعی می باشد که علت آن آسیب به رشته های ریز عصبی می باشد. از آویزان کردن طولانی پاها اجتناب کنید و به هنگام خواب، زیر پا بالش بگذارید. تا حد امکان به پهلو بخوابید.

چند نکته دیگر:

- در تاریخ های معین به پزشک داخلی قلب و جراح خود مراجعه نمایید.
- علاوه بر این برگه ، کتابچه راهنمای استفاده از وارفارین هم جهت مطالعه به شما داده شده است، حتماً آن را نیز مطالعه نمایید.
- از دستگاه تمرین تنفسی (اسپرومتری انگیزشی) طبق آموزش داده شده استفاده نمایید.

در صورت بروز علائم ذیل با پزشک خود مشورت کنید:

تب، تنگی نفس به هنگام استراحت یا در وضعیت خوابیده، کم شدن حجم ادرار، ترشح چرکی از زخم، خون در ادرار ، مدفوع قرمز روشن یا قیری سیاه، خونریزی لثه با مسواک زدن، خونریزی از بینی، خلط خونی، درد یا تورم شکمی یا کمری ، سردرد شدید، غش و یا سر گیجه



WARFARIN

در هنگام بالا رفتن از پله ها در فواصل منظم استراحت کنید. از حضور در مکان های شلوغ بپرهیزید. در ماه های اول از رفتن به رکوع و سجده در هنگام نماز خودداری نمایید.

مسافرت :

در صورت امکان تا ده روز بعد از عمل در شهر عمل شده اقامت نمایید. تا دوماه شخصاً رانندگی نکنید. اگر از داروهای خواب آور استفاده می کنید از رانندگی خودداری فرمایید. مسافرت با هواپیما تا ۴ هفته ممنوع بوده و بعد از آن خدمه پرواز را از بیماری خود مطلع کنید. در مسافرت های طولانی با خودروی شخصی هر دو ساعت یکبار توقف نموده و از ماشین پیاده شوید و کمی راه بروید و در صورت استفاده از وسایل نقلیه عمومی و یا هواپیما بین صندلی ها بایستید و یا راه بروید.

استحمام :

یک روز در میان حمام کنید. مدت زمان حمام کردن بیشتر از ده دقیقه طول نکشد. از آب خیلی گرم و یا خیلی سرد استفاده نکنید. استفاده از وان، سونا، جکوزی توصیه نمی شود. برای شستن زخم ها از صابون ملایم بچه یا شامپوی بچه استفاده کنید. مراقب سطح لیز حمام باشید در صورت امکان از صندلی داخل حمام استفاده کنید.

مراقبت از زخم سینه :

قبل از ترخیص در مورد کشیدن بخیه ها از پزشک خود سوال کنید(لازم به ذکر است که بسیاری از بخیه ها قابل جذب می باشند). پوست اطراف محل جراحی (سینه) را مرتباً از نظر تورم، قرمزی و یا ترشح بررسی کنید و در صورت وجود علائم ذکر شده با بیمارستان یا پزشک خود تماس بگیرید.



بیماری های دریچه قلب :

اختلال در کار دریچه های قلبی می تواند مادرزادی یا اکتسابی باشد. یک گلو درد درمان نشده دوران کودکی و کپهولت سن دو علت اصلی اختلالات اکتسابی هستند. اختلال دریچه ها می توانند به صورت تنگی مجرای عبوری آن یا نارسایی (نشتی) دریچه در هنگام بسته شدن آن باشند.

اقدامات درمانی :

- ترمیم دریچه
 - تعویض دریچه
- ترمیم دریچه به دو روش بسته و یا جراحی باز امکان پذیر است و تعویض دریچه ها با جراحی روی استخوان جناغ و یا از پهلوی قفسه سینه (در اطفال) انجام می شود. داروی وارفارین جهت رقیق کردن خون شما داده می شود و اثر آن با آزمایش PT-INR سنجیده می شود.

مصرف وارفارین فقط باید با دستور پزشک معالج باشد این دارو نباید سر خود قطع شود در صورت فراموش کردن مصرف یک نوبت دارو حتماً با پزشک خود تماس بگیرید. مصرف وارفارین را در صورت مراجعه به دندانپزشک اطلاع دهید. در صورت تجویز آنتی بیوتیک در هر موردی، مصرف آن را تا آخرین نوبت ادامه دهید.

نکات مراقبتی مهم در استفاده از وارفارین :

مواد غذایی مثل : کلم، مارچوبه، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی، جگر، قهوه، چای سبز می تواند اثر دارو را کم کند.

۲

از مسواک نرم و نخ دندان مویی استفاده کنید. از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده کنید. در استفاده از هر داروی دیگر با پزشک خود مشورت کنید. واکسن آنفلونزا به علت کاهش متابولیسم کبدی باعث افزایش اثر وارفارین می شود و بیمار تا یک ماه در معرض خونریزی قرار دارد.

تب و هوای گرم طولانی مدت، سوء تغذیه و اسهال باعث افزایش اثر وارفارین می گردد.

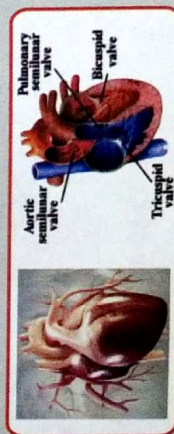
استفاده از وارفارین در حاملگی باعث ناهنجاری مادرزادی در جنین می شود، حتماً با پزشک خود مشورت کنید. در صورت نیاز به هر گونه عمل جراحی و اقدامات دندانپزشکی، پزشک معالج خود را از مصرف وارفارین مطلع نمایید.

کارت شناسایی بیمار خود را همراه داشته باشید. جدولی را در نظر بگیرید و مقادیر آزمایشی PT-INR خود را در آن ثبت نمایید. مثل نمونه زیر :

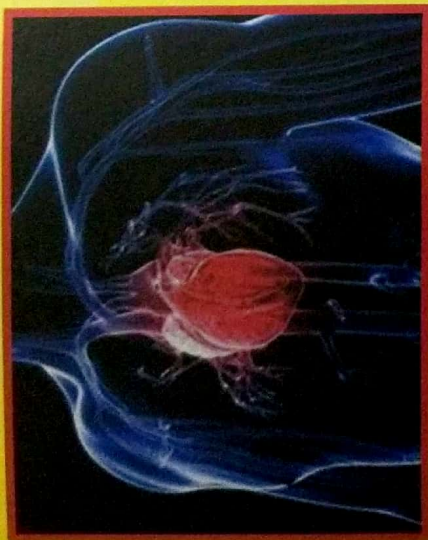
تاریخ	PT	INR	داروی مصرفی

دارو را از دسترس کودکان دور نگهدارید.

آزمایش اندازه گیری زمان پروترومبین (PT) را به موقع انجام دهید تا بر اساس نتیجه این آزمایش میزان مصرف دارو تنظیم گردد.



۳



اگر تحت عمل جراحی قلب باز قرار گرفته اید :

در صورت بروز التهاب، تب، ترشح چرکی از محل عمل، عدم کنترل فشار خون، دردهای قلبی، تنگی نفس یا درد غیرعادی به پزشک خود مراجعه نمایید.

بعد از عمل به موارد ذیل توجه داشته باشید :

فعالیت بدنی :

۴-۶ هفته استراحت نسبی داشته باشید.

فعالیت های روزمره را به تدریج شروع کنید.

از کارهایی که موجب خستگی زیاد یا تنگی نفس می شوند پرهیز کنید.

از انجام حرکات ناگهانی خودداری کنید.

روابط زناشویی با اجازه پزشک معالج بلا مانع است.

پیاده روی در هوای سالم (مثل پارک) و معتدل (نه خیلی سرد و نه خیلی گرم) را به برنامه روزانه خود اضافه کنید و

زمان آن را به تدریج افزایش دهید.

شروع و پایان پیاده روی با سرعت کمتری باشد تا بدن به تدریج گرم و سرد گردد.

از انجام ورزش های حرفه ای پرهیزید (دویدن، تنیس، ...).

تا دوماه، از بازکردن کامل بازوها به طرفین خودداری کنید.

از بلند کردن، هل دادن یا کشیدن اجسام با وزن بیشتر از ۳ کیلوگرم خودداری کنید.

۴