الهيئة القومية لسلامة المرضى



معالجة تخثر الدم باستخدام

مضادات تخثر

عن طريق الفم

معلومات هامة

للمرضى

البيانات الخاصة بك

| الاســم: Name |
|--|
| العنوان: Address |
| |
| |
| |
| |
| الرمز البريدي: Postcode |
| هاتف المنزل: Home telephone |
| الهاتف المحمول: Mobile telephone |
| رقم المستشفى: Hospital number |
| رقم هيئة الصحة القومية: NHS Number |



| 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 المعاير 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

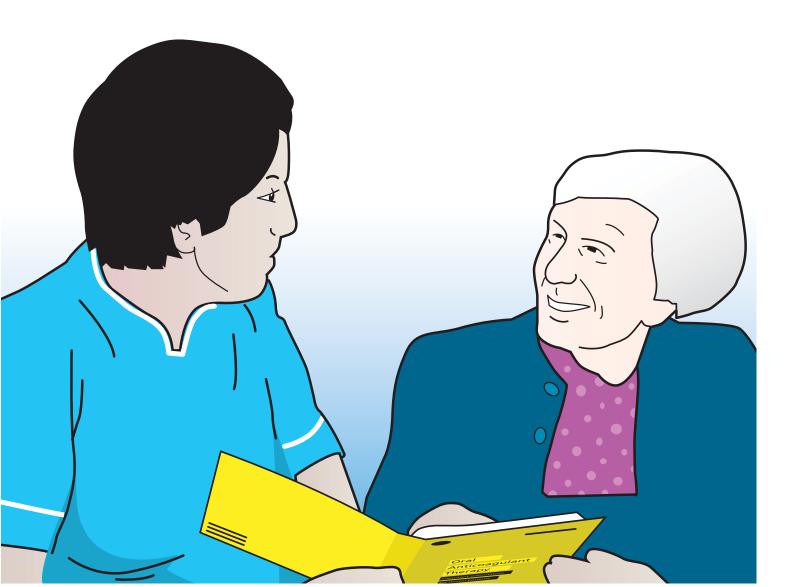
الطبيب السريري المشرف على معالجة التخثر: Clinician managing anticoagulation

> تاريخ بدء المعالجة: Date treatment commenced

معلومات هامة للمرضى الذين يتناولون مضادات التخثر عن طريق الفم

مقدمة

لقد تـم إعطاءك هذا الكُتيب لأنك سـتبدأ تناول أدوية تُعـرف بأنها مُضادات تخثر. سـوف يقـوم أخصائي الرعايـة الصحية بقـراءة هـذا الكُتيب معك ويشـرح لك المقصود منه ويُجيب على أي أسـئلة قد تكون لديك. وهو مؤهل لتقديم المشـورة لك عند بداية معالجة التخثـر الخاصة بك وعند مغادرتك للمستشـفى وعندما تقوم بزيارة عيادة معالجة التخثر لأول مرة وفي أي وقت أخر تكون فيه بحاجة للمشورة.



كيف تستخدم هذا الكُتيب

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

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

سـوف تقوم أيضا عيادة معالجـة التخثر بإصدار سـجلات 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. ينبغى 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 التخثريمنع حالات تخثر الدم الحادة في أوعيتك الدموية وذلك عن طريق جعل الدم يأخذ وقتا أطول لكي يتخثر.

ودواء الوارفارين هو أشهر الأدوية التي يتم استخدامها لمكافحة التخثر عبرالفم 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 ويُفضل 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 هـذا الكُتيب. قم بتناول الجرعة العادية في اليوم التالي. وإذا كانت الجرعة التي أخذتها بالخطأ تزيد عن الجرعة العادية بشكل كبير، يُرجى 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 مكروغرام)– 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 المدة فحص المعدل المعايردولياً وهو عبارة عن فحص معياري يقوم بقياس المدة التى يستغرقها الدم حتى يتخثر.

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



خدمة معالجة التخثرفي منطقتك

سـوف تقوم عيادة معالجـة التخثـرأو الممارس العـام الذي يشـرف 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 الحدم ومعلومات الجرعة الخاصة بك والتأكد من أن إعطاءك 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 وتستلمها 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 نفاد الأقراص التي معك وليكن لديك دائما 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 المعاير 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؛
 - تبرزبرازأسود اللون؛
 - تكدم حاد أو تلقائي؛
 - صداع غيرعادي؛
- 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:

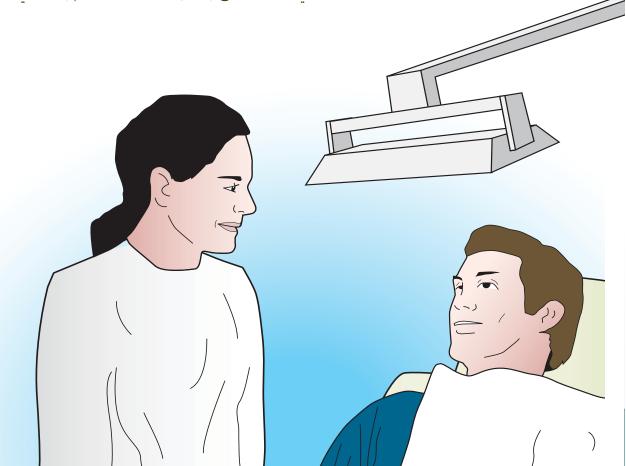
- إذا تعرضت لرض حاد؛
- إذا تعرضت لضربة قوية في الرأس؛
- إذا كنت لا تستطيع إيقاف النزيف.

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 المعاير 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 المعاير دولياً الخاص بك لا يزال ضمن الحدود المرغوبة. يُرجى 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. يُرجى 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 حذرحيث أن بعض منتجات الباراسيتامول "المُركز" 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 المعاير 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 يُخفض 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 المعاير دولياً لديك.

وإذا تغير النظام الغذائي الخاص بك على مدى فترة سبعة أيام، فإنه ينبغي عليك أن تقوم بإجراء فحص المعدل المعاير 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 اللائي يتناولن مضادات تخثر عن طريق الفم أن يناقشن مع طبيبهن خطط الحمل المستقبلية قبل حدوث الحمل كلما أمكن ذلك. والنساء اللائي 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

W1T5HD

هاتف: 9500 7927 020

فاكس: 9501 920 020

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.

www.npsa.nhs.uk