

### (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'**INR**?

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.

#### Rapporto fra **INR** e Livello di Anticoagulazione

**Ant. Insufficiente**

**Ant. Eccessiva**



**1,5   2,0   2,5   3,0   3,5   4,0   4,5   5,0**



#### 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.**

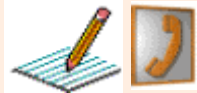
Avvertire il Centro dell'intenzione di avere una gravidanza o immediatamente dopo un test di gravidanza positivo.



## 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



---

Segreteria: [fcsa@fcsa.it](mailto:fcsa@fcsa.it) - Webmaster: [webmaster@fcsa.it](mailto:webmaster@fcsa.it) - P.IVA 01676360348