



Что такое антикоагулянтная терапия, и для кого она необходима?

(Памятка для пациентов)

КАРДИОХИРУРГИЯ

Антикоагулянтная терапия (греч. anti - против, лат. coagulatio - свертываемость) - это лечение, которое способствует более медленному свёртыванию крови и препятствует образованию тромбов.

Образовавшиеся тромбы плотно прикреплены к стенке вен или артерий. Однако высокая скорость кровотока, лихорадка при инфекционных заболеваниях, повышение артериального давления, физическое перенапряжение становятся причинами отрыва тромба у человека. Это случается внезапно, и зачастую исход подобного состояния во многом зависит от скорости оказания человеку медицинской помощи.

Последствиями отрыва тромба могут быть:

- 1) Инсульт. Возникает, если сгусток закрывает артерии, питающие головной мозг. Последствия такого приступа зависят от зоны локализации и области поражения.
- 2) Инфаркт. Развивается на фоне остановки кровообращения в коронарных сосудах. Клетки сердечной мышцы быстро гибнут в результате острого кислородного голодания.
- 3) Поражение нижних конечностей. Тромбоз вен ног - частое явление при варикозном расширении. Без соответствующего лечения подобная патология может закончиться инвалидностью.
- 4) Тромбоэмболия легочной артерии. Данное состояние очень опасно и может привести к смерти человека, несмотря на быстро проведенные реанимационные мероприятия.

Для предотвращения подобных ситуаций вам может потребоваться антикоагулянтная терапия, если:

- 1) вам имплантировали искусственный клапан сердца;
- 2) если у вас ишемическая болезнь сердца- поражение миокарда, обусловленное сужением коронарных артерий в результате отложения на внутренней стенке кровеносных сосудов холестерина и других жиров (атеросклероз);
- 3) у вас мерцательная аритмия или трепетание предсердий;
- 4) у вас тромбоз артерий или вен нижних конечностей;

5) у вас есть нарушения свертываемости крови.

Однако приём антикоагулянтов может сопровождаться рядом осложнений, которые можно избежать при регулярном приёме препаратов и контроле свертывающей функции крови. Вы - именно тот человек, который может обеспечить безопасное и успешное проведение Вашей антикоагулянтной терапии. Мы хотим представить вам всю необходимую информацию для достижения успешных результатов.

Виды антикоагулянтов

Антикоагулянты прямого действия нейтрализуют факторы свёртывания в плазме крови непосредственно или с помощью эндогенных кофакторов. Они включают в себя препараты для парентерального введения (нефракционный гепарин, низкомолекулярный гепарин, фондапаринукс, бивалирудин) и новые пероральные антикоагулянты (дабигатрана этексилат, апиксабан, ривароксабан, эдоксабан).

Антагонисты витамина К (варфарин/кумадин) уменьшают содержание в крови полноценно функционирующих факторов свёртывания, нарушая их синтез в печени за счет блокады биотрансформации витамина К. Они характеризуются медленным началом и прекращением эффекта.

Как обезопасить себя при применении антикоагулянтных препаратов

- 1) Будьте предусмотрительны - не ждите, пока у Вас останется последняя таблетка, чтобы приобрести новую упаковку;
 - 2) Сообщайте всем вашим врачам, что Вы принимаете антикоагулянты;
 - 3) Сообщайте о любых изменениях в приеме других лекарственных препаратов;
 - 4) Подумайте о том, чтобы носить браслет или цепочку Medic Alert;
 - 5) Обязательно сообщите вашему лечащему врачу, если у Вас:
- Красная или темно-коричневая моча или красный или смолисто- черный стул
 - Кровянистые выделения или рвота с кровью или напоминающая кофейную гущу
 - Беспричинное образование синяков, появление на коже точечной красной сыпи
 - Сильные головные боли, головокружение, утомляемость или слабость
 - Порез продолжает кровоточить более 10 минут
 - Неожиданные вагинальные кровотечения
 - Сильное падение или удар головой

Что еще необходимо знать о безопасности проведения антикоагулянтной терапии?

- 1) Для бритья пользуйтесь электрической бритвой вместо бритвы с острым лезвием;
- 2) Пользуйтесь мягкой зубной щеткой, аккуратно пользуйтесь зубной нитью -предпочтительнее использовать вощеную нить для чистки зубов, не пользуйтесь зубочистками.
- 3) Осторожно обращайтесь с острыми инструментами;

Информация о кумадине/варфарине

Кумадин и варфарин - это один и тот же лекарственный препарат. Кумадин® является торговой маркой. Варфарин - это непатентованное наименование препарата. Это таблетка, которая принимается для того, чтобы способствовать более медленному свертыванию крови. В процессе свертывания крови в вашем теле этот препарат препятствует действию витамина К. Таблетки помечены цветом согласно дозировке, и дозировка отмечена на таблетке. Слишком маленькая дозировка кумадина/варфарина может привести к инсульту или тромбообразованию в легких. Передозировка кумадина/варфарина может вызвать внутреннее кровотечение. Для достижения полного эффекта от кумадина/варфарина необходимо 2-7 дней. Антикоагулянтный эффект от одной дозы может длиться 2-5 дней.

Помните:

- 1) Сообщите всем посещаемым врачам, включая стоматологов и ортопедов, что Вы принимаете кумадин/варфарин;
- 2) Регулярно проходите анализ ПВ/МНО;
- 3) Никогда не принимайте двойную дозу препарата, за исключением случаев, предписанных вашим врачом или лицом, назначающим дозировку кумадина/варфарина;
- 4) Пока вы принимаете кумадин/варфарин, носите с собой карточку с вашим именем, названием и дозировкой принимаемых препаратов, именем и фамилией, номером телефона вашего врача. Подумайте о том, чтобы носить значок Medic Alert.

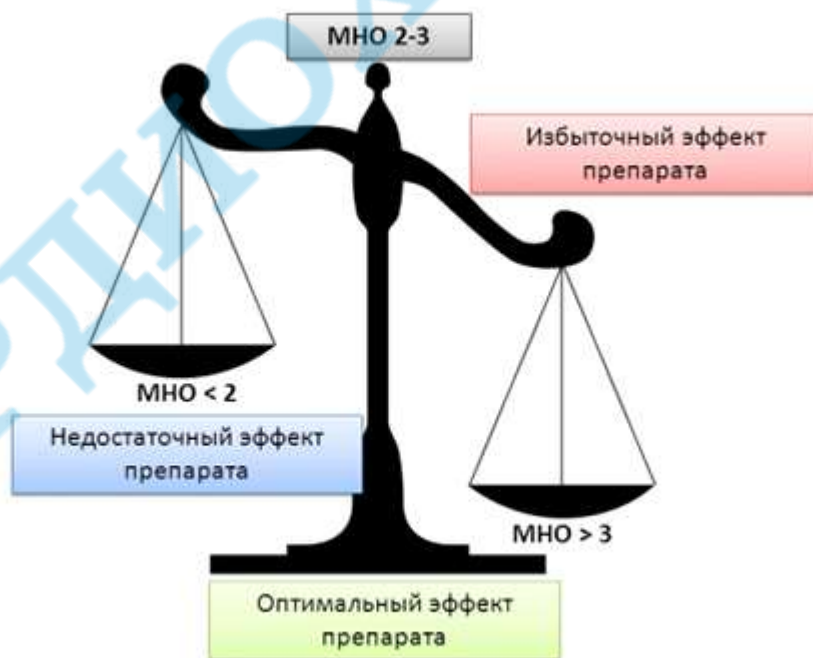
Как отслеживается действие кумадина/варфарина?

Анализ крови, называемый протромбиновое время (ПВ) или международное нормализованное отношение (МНО), проводится для того, чтобы определить эффективность действия кумадина/варфарина. Ваш врач сообщит вам вашу «норму» МНО. Главной целью проведения терапии кумадином/варфарином является сохранение уровня МНО в пределах предписанной нормы. Для проведения анализа МНО в лаборатории берется небольшое количество крови из вены. На анализ МНО вам не нужно приходить натошак. Вы также можете проверить уровень МНО в кабинете вашего врача при помощи автоматического ланцета, также называемого «диагностика на месте». При помощи

автоматического ланцета и специального прибора можно также контролировать уровень МНО у себя дома.

Для чего мне требуется делать анализ ПВ? Что такое МНО, и почему это так важно?

Протромбиновое время, или ПВ, - это обычный анализ, отслеживающий действие кумадина/варфарина. МНО, или международное нормализованное отношение, - это способ стандартизации результатов ПВ в различных лабораториях. Это означает, что если ваш уровень МНО составляет 2,5, такие же результаты будут получены в любой лаборатории. Обычно норма, или терапевтическое значение МНО, составляет 2,0 -3,0. Если ваш уровень МНО слишком высокий, это свидетельствует о высоком риске кровотечений. Если ваш уровень МНО слишком низкий- о высоком риске образования нежелательных тромбов. На уровень МНО влияет ваша физическая активность, питание и принимаемые лекарственные препараты. МНО определяют до начала лечения, через 2-3 дня от начала приёма препарата, затем начиная со 2-й и 3-й доз ежедневно до тех пор , пока в течение двух последовательных дней не будет сохраняться терапевтическое значение показателя. В последующие 1-2 недели МНО рекомендуется определять 2-3 раза в неделю, затем реже. При сохранении желаемых значений МНО кратность определений уменьшают до 1 раза в 4 нед, при стабильном значении МНО возможно его определение 1 раз в 3 месяца.



Когда следует принимать кумадин/варфарин?

Кумадин/варфарин следует принимать один раз в день. Используйте 7-дневную коробочку для таблеток, таким образом вы не пропустите прием дозы или не примите слишком большую дозу препарата в один день. Постарайтесь принимать кумадин/варфарин в одно и то же время суток, чтобы это вошло у вас в привычку, и вы не забыли принять препарат.

Кумадин/варфарин можно принимать с пищей или без пищи.

Могут ли другие препараты повлиять на действие кумадина/варфарина или мой уровень МНО?

Любые лекарства, отпускаемые без рецепта и предписанные врачом, могут повлиять на реакцию вашего организма на кумадин/варфарин или на ваш уровень МНО.

Было обнаружено, что многие препараты, отпускаемые по рецепту врача, влияют на дозировку кумадина/варфарина. К таким препаратам относятся некоторые антибиотики, некоторые препараты, контролирующие частоту сердцебиений, некоторые препараты, контролирующие приступы эпилепсии, некоторые антидепрессанты, некоторые диабетические препараты, некоторые стероиды, некоторые препараты, контролирующие пищеварение, и некоторые препараты, понижающие уровень холестерина или триглицерида. Всегда консультируйтесь с вашим врачом, фармацевтом или лицом, назначающим вашу дозировку кумадина/варфарина, перед тем как начать принимать любое новое лекарство.

Существуют ли побочные эффекты, о которых мне следует беспокоиться?

Наиболее характерный побочный эффект при приеме кумадина/варфарина - это кровотечение. Это может выражаться в более длительном кровотечении при порезах, носовом кровотечении, кровоточивости десен при чистке зубов щеткой или зубной нитью, увеличении менструальных кровотечений. Редко встречающийся побочный эффект при приеме кумадина/варфарина - выпадение волос. Также у вас могут появляться синяки от ушибов.

Что важно помнить при приеме кумадина/варфарина?

- 1) Не принимайте аспирин или препараты, содержащие ацетилсалициловую кислоту, одновременно с кумадином/варфарином, за исключением случаев, одобренных вашим врачом или лицом, назначившим дозировку кумадина/варфарина и контролирующим уровень МНО.
- 2) Аспирин или препараты, содержащие ацетилсалициловую кислоту, могут увеличить риск кровотечений. Читайте надписи на всех лекарствах. Если вы увидите надпись «аспирин, салицилат, ацетилсалициловая кислота или АСК» - не принимайте это лекарство. Примеры таких препаратов: Alka-Seltzer, Anacin, Ascnpin, Aspergum, Aspirin, Bayer, Buffaprin, Bufferin, Doan's Pills,

Durigesic, Ecotrin, Empirin, Excedrin, Fiorinal, Lortab, Norwich tablets, Pepto-Bismol, Percodan, Soma, Talwin, Vanquish и Zorprin.

- 3) Не принимайте нестероидные противовоспалительные препараты одновременно с кумадином/варфарином, за исключением случаев, одобренных вашим врачом. Примеры таких препаратов: Advil, Aleve, Ibuprofen, Indocin и Naproxen.

Почему мне следует следить за питанием во время приема кумадина/варфарина?



Витамин К противодействует антикоагулянтному действию кумадина/варфарина, поэтому продукты с высоким содержанием витамина К могут повлиять на ваш уровень МНО. Ниже перечислены продукты с высоким содержанием витамина К, которые могут повлиять на результат вашего анализа МНО:

- 1) Зеленые листовые овощи, такие как спаржа, брокколи, брюссельская капуста, белокочанная капуста, листовая капуста, цикорий салат, зеленый лук, салат-латук, браунколь, листовая горчица, петрушка, шпинат, репа, кресс-салат;
- 2) Майонез, маргарин, масло канолы;
- 3) Авокадо, цветная капуста, турецкий горох, спаржевая фасоль, лущеный горох;
- 4) Печень - говяжья, свиная, куриная, индюшачья;
- 5) Соевые продукты - соевое молоко, соевые бобы, соевое масло;
- 6) Зеленый и травяной чай (в больших количествах), содержащие диптерикс, донник или ясменник душистый;
- 7) Продукты, содержащие жирорастворимые витамины, такие как Olestra (Olean), или напитки для похудения, такие как Ensure, SlimFast, или Carnation Instant Breakfast;
- 8) Клюква, клюквенный сок (это продукты с невысоким содержанием витамина К, но содержащие другие элементы, которые могут взаимодействовать с кумадином/варфарином и повлиять на результат вашего анализа МНО).

Можно ли употреблять алкоголь?

Алкоголь воздействует на печень и взаимодействует с витамином К. Как и в случае с питанием, алкоголь рекомендуется употреблять в умеренных количествах. Обратитесь к вашему врачу.

Чрезмерное употребление алкоголя негативно воздействует на работу печени, к тому же употребление алкоголя увеличивает риск получения травм и кровотечений. Не злоупотребляйте алкоголем.

Можно ли заниматься спортом и физическими упражнениями?

Пока вы принимаете кумадин/варфарин, увеличивается риск появления синяков и внутренних кровотечений, в том числе в головном мозге, в случае травмы, падения или удара головой во время занятий спортом. Занятия спортом и физические упражнения безопасны для большинства людей, принимающих кумадин/варфарин, но перед тем как заняться травмоопасными видами спорта следует проконсультироваться с вашим врачом или лицом, назначающим вашу дозировку кумадина/варфарина.

Что делать в случае болезни?

Болезнь может повлиять на ваш результат анализа МНО и дозировку кумадина/варфарина. Если у вас температура, грипп, инфекционное заболевание или диарея и рвота, которые длятся более 2 дней, обратитесь к врачу за дальнейшими указаниями.

Можно ли путешествовать, если я принимаю кумадин/варфарин?

Вы можете путешествовать, принимая кумадин/варфарин. Убедитесь, что вы взяли с собой достаточный запас препарата. Рекомендуем взять с собой дополнительно недельный запас кумадина/варфарина на время путешествия. Не забывайте о правильном употреблении пищи и алкоголя. Также рекомендуется во время путешествия носить медицинский браслет. При необходимости ваш врач может позаботиться о проведении анализа МНО во время вашего путешествия.

Как проводятся операции, медицинские или стоматологические процедуры во время приема кумадина/варфарина?

Сообщите вашим поставщикам медицинских услуг, включая анестезиологов, о том, что вы принимаете кумадин/варфарин. В большинстве случаев вам придется прекратить прием кумадина/варфарина перед любой операцией и некоторыми медицинскими и стоматологическими процедурами.

Можно ли принимать кумадин/варфарин во время беременности?

Употребление кумадина/варфарина во время беременности может причинить вред вашему будущему малышу. Кумадин/варфарин может вызвать врожденные дефекты и кровотечения, особенно в первом триместре беременности. Если проведение антикоагулянтной терапии требуется во время беременности, кумадин/варфарин заменяются другими препаратами - гепарином либо низкомолекулярным гепарином. Кумадин/варфарин не проникает в грудное молоко, поэтому его прием безопасен во время грудного вскармливания.

Информация о новых оральных антикоагулянтах (НОАК)

В настоящее время в России зарегистрированы 3 препарата: дабигатран, ривароксабан, апиксабан. Согласно результатам опубликованных клинических испытаний прием НОАК ассоциируется с меньшей частотой геморрагических осложнений по сравнению с варфарином. Кроме того, эти препараты значительно более удобны в использовании, чем антагонисты витамина К. Так, при их применении не требуется постоянный контроль МНО, а отмена препарата приводит к быстрому восстановлению нормальной свертываемости крови. Однако ежегодно необходимо проводить контроль показателей крови: гемоглобин, печёночные пробы (альбумин, АЛТ, АСТ, ГГТП), оценка функции почек (креатинин, мочевины, электролиты)

Если клиренс креатинина 30-60 мл/мин или возраст >75 лет, или состояние пациента нестабильно: оценка функции почек каждые 6 месяцев

Если клиренс креатинина 15-30 мл/мин или возраст >75 лет, или состояние пациента нестабильно: оценка функции почек каждые 3 месяца

При развитии заболевания, которое может нарушить функции печени и/или почек: внеплановая оценка функции печени и почек.

Помните:

- 1) Принимайте препараты строго в соответствии с назначением врача. Нет препарата — Вас ничего не защищает от осложнений
- 2) Не прекращайте приём препарата без предписания врача
- 3) Никогда не принимайте новых препаратов без предварительного обсуждения с врачом, даже если это безрецептурные обезболивающие препараты
- 3) Придупреждайте стоматологов, хирургов и других врачей, что вы принимаете противосвёртывающие препараты.

Информация о гепарине или низкомолекулярных гепариновых препаратах

Гепарин и низкомолекулярные гепариновые препараты - это антикоагулянты, которые вводятся подкожно в жировую ткань живота и замедляют свертывание крови.

Проконсультируйтесь с вашим врачом, если у вас были проблемы со здоровьем, связанные с кровотечениями, проблемы со зрением, вызванные диабетом, язвой или высоким кровяным давлением. Также сообщите врачу, если вы уже принимали гепарин, и у вас возникла реакция, называемая «тромбоцитопения», или пониженное содержание тромбоцитов в крови.

Как контролируется действие препаратов гепарина и низкомолекулярных гепаринов?

Применение данных препаратов не требует мониторинга МНО, как в случае кумадина/варфарина. Одним из преимуществ этих препаратов является отсутствие необходимости частых лабораторных анализов. Ваш врач может назначить вам анализ крови на уровень тромбоцитов.

Однако в начале введения нефракционного гепарина и после любого изменения его дозы определяют значение АЧТВ (активированное частичное тромбоцитарное время). АЧТВ необходимо определять каждые 6 часов. При устойчивых терапевтических значениях АЧТВ контроль рекомендуют осуществлять от 2 раз в неделю до 1 раза в 2 недели.

При приёме низкомолекулярных гепаринов в связи с отсутствием значительного противосвёртывающего эффекта лабораторный контроль проводится у пациентов с высоким риском кровотечения или при приёме больших доз препаратов.

Когда следует принимать гепарин и низкомолекулярные гепарины

Ваш врач назначит периодичность приема: от 1 до 3 раз в день в зависимости от конкретного препарата. Постарайтесь принимать его в одно и то же время дня или вечера. Препараты вводятся подкожно или в жировую ткань тела. Ваш врач или медсестра обучит вас или лицо, осуществляющее уход за вами, как правильно делать укол. Старайтесь внимательно следовать их указаниям.



Вводите препарат в жировую ткань под кожей живота. Не вводите препарат глубоко в мышцу. Не вводите препарат близко к пупку или каким-либо шрамам на животе. Меняйте или чередуйте места уколов в соответствии с предписаниями вашего врача. Проверяйте места от уколов на предмет возникновения покраснений, боли, чувства тепла, или выделения сукровицы. Если вы подозреваете наличие инфекции, позвоните своему врачу.

Принимайте препарат столько времени, сколько предписал ваш врач.

Каковы побочные эффекты гепарина и низкомолекулярных гепаринов ?

На месте от укола может возникнуть припухлость (гематома). Наиболее распространенный побочный эффект данных препаратов - это кровотечение. Также повышается вероятность возникновения синяков. На месте от укола могут возникать темно-фиолетовые синяки и небольшая припухлость.

Позвоните вашему врачу в следующих случаях:

- 1) Возникновение синяков или долговременных кровотечений;
- 2) Боль в спине, слабость в ногах, онемение, паралич, проблемы с пищеварением или мочевым пузырем;
- 3) Падение или удар головой

Что если я забуду принять дозу препарата гепарина?

- 1) Если вы пропустили прием дозы препарата, примите его как можно быстрее;
- 2) Если уже наступило время приема следующей дозы, не принимайте пропущенную дозу и продолжайте принимать препарат по предписанному расписанию.

Следует ли следить за рационом питания, когда я принимаю гепарин и низкомолекулярные гепарины?

Пища и другие лекарственные препараты не взаимодействуют с препаратами гепарина. В целях предосторожности ограничьте употребление алкоголя.

Можно ли заниматься спортом и физическими упражнениями, когда я принимаю гепарин и низкомолекулярные гепарины?

Пока вы принимаете антикоагулянты, увеличивается риск появления синяков и внутренних кровотечений, в том числе и в тканях головного мозга, в случае травмы, падения или удара головой во время занятий спортом. Перед тем как заняться травмоопасными видами спорта следует проконсультироваться с вашим врачом.

Можно ли путешествовать, если я принимаю гепарин и низкомолекулярные гепарины

Вы можете путешествовать, принимая эти препараты. Убедитесь, что вы взяли с собой достаточный запас препарата. Рекомендуем взять с собой дополнительно недельный запас на время путешествия.

Как проводятся операции, медицинские или стоматологические процедуры во время приема гепарина и низкомолекулярных гепаринов?

Сообщите вашим поставщикам медицинских услуг, включая анестезиологов, о том, что вы проходите антикоагулянтную терапию. В большинстве случаев вам придется ее прекратить перед любой операцией и некоторыми медицинскими и стоматологическими процедурами.

Можно ли принимать гепарин и низкомолекулярные гепарины во время беременности?

Эти препараты принимаются во время беременности только в случае крайней необходимости. Возможен риск возникновения кровотечений. Грудное вскармливание обычно проходит без осложнений. Обязательно проконсультируйтесь с вашим врачом.