

## ***Råd till patienter med blodproppsförebyggande behandling***

### ***Inledning***

En av blodets viktigaste funktioner är förmågan att levra sig (koagulera). Under normala omständigheter koagulerar blodet endast när man skadar sig och ett blodkärl brister. Vid sjukdom kan dock blodet levra sig inne i blodkärlen, t ex till följd av förmaksflimmer eller åderförkalkning (ateroskleros), vilket ökar risken för blodpropp.

För att behandla och förebygga blodproppar finns ett läkemedel som består av substansen warfarin vilken gör att blodet inte leverar sig så lätt.

I Norge och Danmark heter läkemedlet Marevan och i Sverige heter det Waran.

### ***Dosering***

Hur mycket Waran man måste ta per dag varierar från patient till patient. Medicinering med Waran kräver individuellt anpassad dos. Ändra aldrig i doseringen på egen hand. Tabletterna tas en gång per dygn, vanligtvis på kvällen. För att vara säker på att man tagit sin medicin kan en dosett eller enkelt kryss i almanackan vara till hjälp.

### ***Kontroll***

Då dosen för Waran är individuellt anpassad krävs kontroller för att ställa in den optimala dosen. I behandlingens startskede tas blodprov (sk PK INR) ofta men efter en tid vanligen med ca 4 veckors mellanrum.

### ***Biverkningar***

Alla läkemedel kan ge oönskade biverkningar. Biverkningar med Waran är vanligtvis milda. Hudförändringar, klåda, diarré eller visst håravfall kan förekomma. Skulle detta inträffa, kontakta din ordinerande mottagning.

### ***Risk for blödningar***

Eftersom Waran minskar blodets förmåga att levra sig kan blödningar uppstå. Risken att drabbas av en blödning är dock mycket mindre än den nytta du har av behandlingen för att förhindra blodproppar. Om du ändå får en oväntad blödning, t ex näsblod, blödningar från underlivet, blod i urin eller i avföringen

kan detta bero på att doseringen är för hög eller att någonting annat bör utredas. Kontakta alltid din ordinerande mottagning vid en oväntad blödning.

Om du skulle drabbas av en blödning som inte stoppar, kontakta då snarast närmaste akutmottagning på sjukhus eller vårdcentral. Detsamma gäller om du får ett kraftigt slag mot huvud eller buk. Man kontrollerar då att det inte uppstått en inre blödning.

### ***Andra läkemedel***

En del receptbelagda läkemedel, receptfria läkemedel och även vissa naturläkemedel kan påverka Warans omsättning i kroppen. Antingen kan effekten av Waran bli för kraftig eller för svag.

Värktabletter som innehåller acetylsalisylsyra eller sk NSAID (inflammationshämmande läkemedel) ger en ökad blödningsbenägenhet i kombination med Marevan/Waran och skall som regel undvikas. Vid tillfälliga smärttillstånd och förkylning bör endast paracetamol användas. Ta så låg dos som möjligt och informera din ordinerande mottagning.

### ***Kosten***

En varierad kost med dagligt intag av grönsaker är bäst för att få en stabil behandlingseffekt. En del livsmedel, främst gröna grönsaker som är rika på vitamin K, kan i viss mån motverka effekten av Waran. Detta saknar dock betydelse om du äter normala mängder grönsaker varje dag. Undvik alltför stora variationer i kosthållningen. Om du vill banta, fasta eller gå över till vegetarisk kost, måste du informera mottagningen som sköter din behandling. Detsamma gäller om du blir sjuk och tappar aptiten och inte kan äta ordentligt.

### ***Behandlingskort/Waranbricka***

Bär alltid ditt bevis för att du behandlas med Waran synligt och lättillgängligt. Skulle du råka ut för en olycka är det viktigt att sjukvårdspersonalen snabbt får veta att du behandlas med Marevan/Waran.

### ***Operativa ingrepp, tandvård***

Vid all kontakt med läkare, tandläkare, sjukhus eller vårdcentral skall du upplysa om att du behandlas med Waran. Tag alltid kontakt med den mottagning som ordinerat Waran innan ett ingrepp.

### ***Graviditet och amning***

Om du är gravid eller planerar att bli gravid skall du alltid informera din läkare. Waran skall inte användas under graviditeten. Vid amning går det dock bra att använda Waran då läkemedlet inte passerar över i modersmjölk. Rådfråga emellertid alltid din läkare.

### ***Sex***

Behandling med Waran påverkar inte sexlivet.

### ***Sport och motion***

Behandling med Waran är inget hinder för att utöva sport och motion. Man bör däremot undvika kampsporter med våld mot kroppen.

### ***Alkohol***

Alkohol i små mängder – ett glas vin till maten – påverkar vanligtvis inte behandlingen. Större mängder eller ett mera regelbundet bruk av alkohol kan medföra att blödningsrisken stiger.

### ***Tobak***

Rökning påverkar inte behandlingen med Waran men rökning i sig själv bidrar till en ökad risk för blodproppar.

### ***Resor***

Kontakta din läkare i god tid innan en längre vistelse utomlands för att diskutera behandlingskontrollen. Kom ihåg att ta med tillräckligt med medicin för hela vistelsetiden. Observera att Waran (warfarin) utomlands kan försälgas med andra styrkor och under ett annat namn.