

## ***Informacja dla pacjentów leczonych profilaktycznie przed zakrzepicą (terapia antywitaminą K)***

### ***Wstęp***

Jedną z najważniejszych funkcji krwi jest jej zdolność do tworzenia skrzepów (krzepnięcie). W normalnych okolicznościach krew koaguluje tylko w razie zranienia i przerwania naczynia krwionośnego. Jednakże choroba może spowodować tworzenie się skrzepów wewnątrz naczyń krwionośnych, np. w wyniku migotania przedsionków lub zwapnienia tętnic (arterioskleroza), co zwiększa ryzyko zakrzepicy.

Do leczenia i zapobiegania zakrzepicy dostępny jest lek, w którego skład wchodzi warfaryna, substancja utrudniająca koagulację krwi. Lek nosi nazwę Marevan w Norwegii i Danii oraz Waran - w Szwecji.

### ***Dawkowanie***

Wymagana dawka dzienna Marevanu/ Waranu zmienia się, zależnie od pacjenta. Leczenie Marevanem/ Waranem wymaga indywidualnego dawkowania. Nie należy na własną rękę zmieniać dawkowania. Tabletki przyjmuje się raz dziennie, zwykle na noc. Aby być pewnym, że się wzięło lek, przydatny może być organizator lub zwykle zaznaczanie w kalendarzu.

### ***Badania krwi***

Ponieważ dawkowanie Marevanu/ Waranu musi być zindywidualizowane, konieczne są badania krwi w celu ustalenia optymalnej dawki. Na początku leczenia badania krwi (tzw. PK INR) są wykonywane często, ale interwał ten zwykle wydłuża się do około 4 tygodni po pewnym czasie.

### ***Efekty uboczne***

Niepożądane efekty uboczne mogą wystąpić w przypadku każdego leku. Efekty uboczne Marevanu/ Waranu są zwykle łagodne. Mogą pojawić się zmiany na skórze, biegunka lub niewielka utrata włosów. W razie ich wystąpienia należy skontaktować się z lekarzem prowadzącym.

### ***Ryzyko krwawienia***

Ponieważ Marevan/ Waran zmniejszają zdolność krwi do koagulacji, może wystąpić krwawienie. Jednakże ryzyko krwotoku jest znacznie mniejsze niż korzyści czerpane z leczenia zapobiegawczego zakrzepicy. Jednakże, jeśli pojawi się nieoczekiwane krwawienie z nosa, z pochwy, krew w moczu lub kale, przyczyną może być zbyt

wysoka dawka lub to, że konieczne są dalsze badania. W przypadku krwawienia należy zawsze skontaktować się z lekarzem.

Jeśli krwawienie nie ustaje, należy bezzwłocznie wezwać pogotowie przy szpitalu lub ośrodku opieki medycznej. To samo ma zastosowanie w razie uderzenia w głowę lub brzuch, mianowicie w celu sprawdzenia, czy nie występuje krwawienie wewnętrzne.

### ***Inne leki***

Niektóre leki na receptę, leki w sprzedaży odręcznej jak też pewne środki naturalne mogą wpływać na metabolizm Marevanu/ Waranu w organizmie. Działanie Marevanu/ Waranu może stać się zbyt silne lub zbyt słabe.

Środki przeciwbólowe zawierające kwas acetylosalicylowy i leki przeciwzapalne w połączeniu z Marevanem/ Waranem zwiększają skłonność do krwawienia i dlatego z reguły należy ich unikać. Stosować tylko paracetamol dla chwilowej ulgi w bólu lub przeziębieniu. Przyjmować dawki tak niskie, jak to możliwe oraz informować o tym lekarza.

### ***Dieta***

Zróżnicowana dieta z dużą ilością warzyw jest najlepsza w celu osiągnięcia stabilnego efektu leczenia. Niektóre rodzaje pożywienia, zwłaszcza zielone warzywa bogate w witaminę K, mogą w pewnej mierze przeciwdziałać działaniu Marevanu/ Waranu. Jednakże nie ma to znaczenia, jeśli spożywa się normalne ilości warzyw dziennie. Unikać nadmiernych zmian w diecie. Jeśli zamierza się przedsięwziąć terapię odchudzającą lub przejść na dietę wegetariańską, należy poinformować lekarza prowadzącego. To samo ma zastosowanie w razie choroby i utraty apetytu wiążącego się z niemożnością właściwego odżywiania się.

### ***Karta leczenia/ Medalion Waranu***

Zawsze należy nosić ze sobą świadectwo leczenia Marevanem/ Waranem i zapewnić, by było widoczne i łatwo dostępne. W razie wypadku jest ważne, by personel medyczny szybko dowiedział się, że jest się leczonym Marevanem/ Waranem.

### ***Chirurgia i stomatologia***

W razie jakiegokolwiek kontaktu z lekarzami, stomatologami, szpitalami lub ośrodkami opieki medycznej należy poinformować, że jest się leczonym Marevanem/ Waranem. Przed poddaniem się

zabiegowi chirurgicznemu należy skontaktować się z lekarzem, który przepisał Marevan/ Waran.

### ***Ciąża i karmienie***

Zawsze należy poinformować lekarza, że się jest w ciąży lub planuje ciążę. Marevanu/ Waranu nie wolno stosować w czasie ciąży. Jednakże Marevan/ Waran może być stosowany w czasie karmienia, ponieważ lek nie przedostaje się do mleka matki. Tym niemniej zawsze należy zasięgnąć porady lekarza.

### ***Seks***

Leczenie Marevanem/ Waranem nie ma wpływu na życie seksualne.

### ***Sport i wysiłek fizyczny***

Leczenie Marevanem/ Waranem nie uniemożliwia uprawiania sportu ani wysiłku fizycznego. Jednakże należy unikać wysoce kolizyjnych sportów kontaktowych.

### ***Alkohol***

Niewielkie ilości alkoholu - szklaneczka wina do posiłku - zwykle nie mają wpływu na leczenie. Większe ilości lub bardziej regularne spożywanie alkoholu mogą spowodować zwiększenie ryzyka krwawienia.

### ***Tytoń***

Chociaż palenie nie wpływa na leczenie Marevanem/ Waranem, samo w sobie zwiększa jednak ryzyko zakrzepicy.

### ***Podróż***

Przed podróżą zagraniczną skontaktować się z lekarzem w celu omówienia możliwości nadzorowania przebiegu leczenia. Należy pamiętać o zabraniu ze sobą leku w ilości wystarczającej na całą podróż. Trzeba zwrócić uwagę, że Marevan/ Waran (warfaryna) może być sprzedawana za granicą w innych dawkach oraz pod inną nazwą.