

Норма INR 2,0 – 3,0

**Руководство по приему
антикоагуляционного
препарата**

КУМАДИН

1 mg



2 mg



2.5 mg



5 mg



מרכז הדסה לאיכות ובטיחות קלינית
Hadassah Center for Clinical Quality & Safety

Цель этой брошюры – дать Вам информацию, которая позволит Вам принимать кумадин так, чтобы лечение было эффективным и безопасным. При приеме кумадина требуется тщательный контроль и точная дозировка.

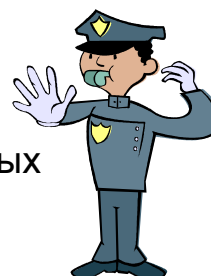
Исследования показали, что пациенты, активно участвующие в контроле и дозировке препарата, добиваются более существенного улучшения здоровья, чем те, кто занимает пассивную позицию.



Брошюра содержит информацию о кумадине, об анализах крови, которые придется делать больным, о пищевых продуктах и лекарствах, которые влияют на терапевтическое действие кумадина, в каких случаях следует обращаться к врачу. Перед выпиской из больницы очень важно разобраться в информации, приведенной в этой брошюре.

Что такое кумадин?

Кумадин – это лекарственный препарат, препятствующий свертыванию крови. Иными словами, он препятствует образованию сгустков крови в кровеносных сосудах, или, как говорят в народе, «разжижает кровь».



Почему мне нужен кумадин?

Кумадин препятствует образованию или увеличению сгустков крови. Его часто выписывают пациентам, страдающим некоторыми типами аритмии или при тромбах на ногах и в легких, после замены сердечного клапана или операции на сосудах, а также при повышенной коагуляции (свертываемости) крови.

Как действует кумадин?

Кумадин блокирует действие витамина К (витамином К богаты зеленые овощи и некоторые растительные масла), что уменьшает свертываемость крови.



Какие побочные явления может вызывать прием препарата?

Основное побочное явление – кровотечение. Легкое кровотечение – довольно частое явление при приеме кумадина. Обильное кровотечение, угрожающее жизни, довольно редко.

Иногда пациенты также испытывают легкую тошноту (впоследствии проходящую), могут появиться высыпания на коже и незначительное выпадение волос. Прием препарата в первой трети беременности может причинить вред плоду.

Как определить, что у Вас кровотечение и что делать?

Рекомендуется связаться с врачом в следующих случаях:

- Если у Вас без удара появляются синяки или болезненные припухлости
- При кровотечении из горла или носа, кашле с кровяной мокротой или рвоте с кровью
- При длительном кровотечении после небольшого пореза
- При более обильных менструациях, чем обычно
- Если у Вас кал черный или с кровью
- Если у Вас моча красного цвета
- При головных болях, сильных и продолжительных болях в спине, при необычной боли в животе
- После падения или ушиба головы
- При новых нарушениях зрения.



Как мне определить дозировку кумадина?

Реакция на лекарство у разных людей разная. Поэтому схема приема кумадина определяется индивидуально для каждого пациента. Чтобы знать, получаете ли Вы правильную дозу кумадина, следует регулярно делать анализ крови. Слишком большая доза может вызвать кровотечение, а недостаточная – не сможет предотвратить образование сгустков крови. Поэтому следует регулировать дозировку в зависимости от показателей анализа крови.



Что проверяет анализ крови?

Анализ крови на PT (Prothrombin Time) измеряет время свертывания крови в лаборатории.

Результат дается в форме международного коэффициента INR (International Normalized Ratio).

INR показывает скорость, с которой Ваша кровь свертывается. Без приема кумадина, показатель INR равен единице, при приеме препарата - выше единицы.



Цель лечения добиться, чтобы уровень INR оставался в пределах 2,0-3,0. Иными словами, нужно стремиться, чтобы INR был выше 2,0 и ниже 3,0.

Если INR остается в этих пределах, продолжайте принимать кумадин в прежней дозировке.

Если значения INR выходят за пределы нормы, это сигнал, что следует менять дозу:

- Если INR ниже 2,0, следует увеличить дозу лекарства
- Если INR выше 3,0, следует снизить дозу лекарства.

Как правило, рекомендуется изменять дозу примерно на 10-20% по сравнению с дозой, которую Вы принимали до сих пор.

То есть, если INR ниже 2,0, следует увеличить дозировку препарата на 10-20%.

Если INR выше 3,0, следует снизить дозировку препарата на 10-20%.

Дневную дозу трудно изменить на такую малую величину. Поэтому рекомендуется изменять суммарную недельную дозу на 10-20% и соответственно изменять дневную дозу.

Чтобы облегчить расчеты, рекомендуется пользоваться линейкой или простой компьютерной программой. Более подробные объяснения будут даны ниже.



Когда делать анализ крови?

Следует делать анализ крови в определенное время дня. Сначала делаем анализ, а потом, в зависимости от его результатов, принимаем кумадин.

Когда Вы начинаете принимать кумадин, делайте анализ крови два-три раза в неделю.

Если в течение трех недель подряд INR будет оставаться в пределах нормы, можно проверять уровень INR раз в две недели.

Если INR далеко выходит за пределы диапазона нормы, нужно еще раз сделать анализ крови и убедиться, что результат правильный.

Когда меняют дозировку лекарства, нужно проверять INR чаще, чтобы убедиться, что Вы принимаете правильную дозу.



Если уровень INR выше 4 или, тем более, выше 5, следует посоветоваться с Вашим лечащим врачом перед тем, как принимать кумадин.

Если уровень INR выше 6, немедленно прекратить прием кумадина, обратиться к наблюдающему Вас врачу и вместе с ним решить, принять ли один раз таблетку витамина К, чтобы блокировать действие кумадина. В таких случаях рекомендуется дозировка витамина К в 1 мг. Через день следует повторить анализ на INR и в зависимости от результата возобновить прием кумадина в уменьшенной дозировке.



Как мне выбрать дозировку кумадина?

Кумадин выпускается в таблетках четырех дозировок:



Каждая таблетка содержит различное количество активного вещества. Вес (в мг) показывает «силу» таблетки. Например, таблетка в 2 мг содержит вдвое больше кумадина, чем таблетка в 1 мг, а полтаблетки в 5 мг равны таблетке в 2,5 мг, и т.д.

Следовательно, важно знать, сколько активного вещества содержится в таблетках, которые Вы принимаете. Убедитесь, что Вы принимаете правильную дозу лекарства в миллиграммах.

Крайне желательно, чтобы каждый день Вы записывали в дневнике дозу кумадина, которую Вы приняли сегодня, и подсчитывали общую дозировку за неделю. Например, если всю неделю Вы принимали ежедневно по 5 мг, Ваша недельная доза составит 35 мг.

Итак, в зависимости от уровня INR рекомендуется менять недельную дозу кумадина в пределах 10-20% и соответственно менять дневную дозу. Поэтому желательно рассчитывать дозу кумадина на неделю. Удобней начинать считать с первого дня каждой недели и еженедельно в первый день недели проверять уровень INR. **Рассчитывайте дозу кумадина в зависимости от уровня INR и от недельной дозы препарата, которую Вы принимали до сих пор.**

В примере на стр. 9, общая доза в неделю 35 мг. Если показатель INR равен 4 (немного выше желаемого диапазона 2,0 - 3,0) следует снизить дозу на 10% в неделю, т.е., на 3 мг., до 32 мг в эту неделю. Примерная схема приема: таблетка 5 мг ежедневно, но один день принять половинную дозу - половину таблетки или 2,5 мг

Чтобы облегчить расчеты, рекомендуется по Вашему усмотрению пользоваться линейкой или простой компьютерной программой (прилагаются к брошюре). И линейка, и программа показывают рекомендуемую дневную и недельную дозу в зависимости от показателя INR и недельной дозы, которой Вы придерживались ранее.

На ранних этапах лечения, советуйтесь со своим семейным врачом, чтобы убедиться, что Вы правильно рассчитали дозу. Со временем Вы сможете определять требуемую Вам дозу кумадина самостоятельно. Скорее всего, Вы научитесь делать это для себя лучше, чем кто-либо другой.

Когда принимать кумадин?

Ежедневно в определенное время, например, перед ужином. Таблетку следует проглотить и запить водой.

Что делать, если Вы забыли принять таблетку?

В этом случае, сразу же возьмите лекарство. Не принимайте таблетку, если прошло более 12 часов со времени, когда Вы должны были ее принять. Назавтра продолжите курс лечения и возьмите таблетку как обычно.

Не принимайте двойную дозу одновременно.



Как хранить лекарство?

В темном, прохладном и сухом месте, **недоступном для детей.**

Что влияет на результаты анализа крови?

Реакция на кумадин может зависеть от рациона питания, напитков, от заболеваний и приема других лекарств.

Как нужно питаться?

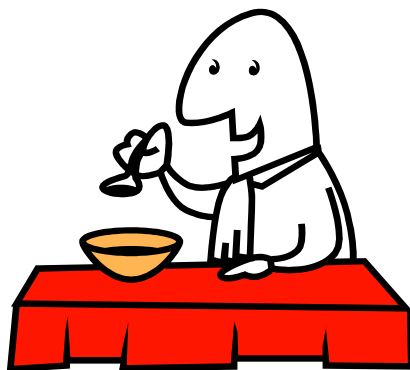
Витамин К нейтрализует действие кумадина. Поэтому, существенные изменения в потреблении продуктов с высоким содержанием витамина К могут повлиять на дозировку кумадина, которой Вам следует придерживаться.

Нет надобности менять Ваш привычный рацион питания.

Придерживайтесь Вашего привычного рациона без резких изменений.

В особенности это касается продуктов с высоким содержанием витамина К (см. ниже).

Например, не стоит полностью отказываться от **овощей зеленого цвета**.



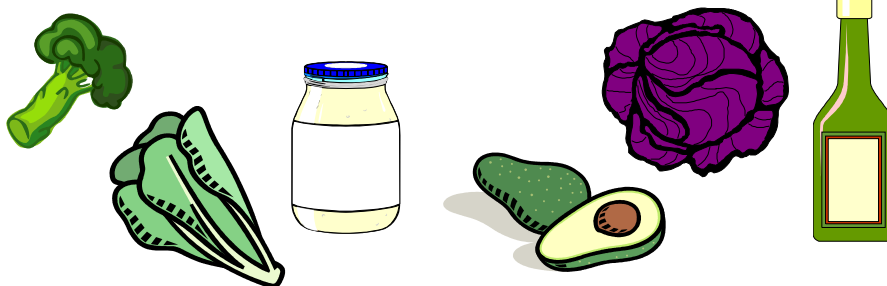
Пищевые продукты с
высоким
содержанием
витамина К

Продукт	*
петрушка	540
шпинат	400
брокколи	270
салат-латук	210
соевое масло	193
брюссельская капуста	177
капуста	145
масло канолы	141
майонез	81

Пищевые продукты со
средним содержанием
витамина К

Продукт	*
маргарин	51
оливковое масло	49
стручковая фасоль	47
бобы сои	47
краснокочанная капуста	44
авокадо	40
спаржа	40
горох	36
пикули	26
квашеная капуста	25

* микрограмм/100 г продукта



Списки продуктов можно найти здесь:

<http://www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp/Data/Other/pt104.pdf>

Потребление алкоголя повышает INR, в особенности у людей с заболеваниями печени. Желательно не пить вина, пива и крепких напитков. Можно выпить немного вина на *кидуш*.

Лекарства, влияющие на действие кумадина

- **Некоторые лекарства нейтрализуют действие кумадина. Они увеличивают свертываемость крови.**
- **Некоторые лекарства усиливают действие кумадина. При их приеме увеличивается риск кровотечения.**

В любом случае, при начале или прекращении приема нового препарата следует замерять INR



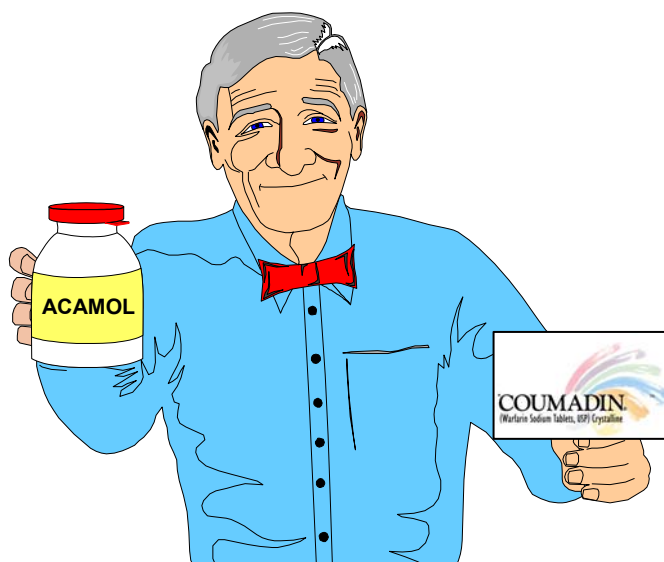
Посоветуйтесь с врачом при начале или прекращении приема любого лекарства, включая витамины и «природные» лекарственные средства.

Один лекарственный препарат может иметь разные названия, так что есть вероятность, что Вы его знаете под другим именем.

В случае сомнения, покажите врачу или фармацевту указанные далее списки лекарств.

**Лекарства, которые, как правило,
можно принимать вместе с
кумадином, и они не требуют
специального замера INR**

Группа лекарств	Название лекарства	Название лекарства на иврите	Примечание
Болеутоляющие и жаропонижающие препараты	Acamol Optalgin Algolysin	אקמול אופטליגין אלגוליסין	При приеме более 2 грамм в день требуется еще раз замерить INR



**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ, СУЩЕСТВЕННО
ВЗАИМОДЕЙСТВУЮЩИЕ С КУМАДИНОМ, ПО
ГРУППАМ**

<p>Нестероидные противовоспалительные препараты (NSAIDs)</p> <p>Не рекомендуется принимать эти лекарства одновременно с кумадином из-за риска желудочного кровотечения</p>	<p>Abitren Acetylsalicylic acid (Aspirin) Advil Artofen Etopan Naxyn Nurofen Voltaren</p>
<p>Желудочно-кишечные</p>	<p>Cimetidine Losec Sucralfate</p>
<p>Антибиотики</p> 	<p>Amoxicillin Augmentin Azithromycin Ciprofloxacin Clarithromycin Cotrimoxazole (Resprim) Erythromycin Flagyl Isoniazid Levofloxacin Metronidazole Rifampin Tetracycline</p>

↑ Усиливает действие кумадина
↓ Ослабляет действие кумадина

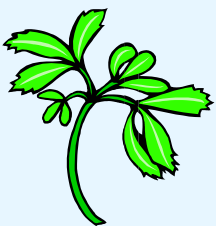
**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ, СУЩЕСТВЕННО
ВЗАИМОДЕЙСТВУЮЩИЕ С КУМАДИНОМ,
ПО ГРУППАМ (продолжение)**



Противогрибковые		Fluconazole Itraconazole Miconazole Oral Gel Miconazole vaginal suppositories Voriconazole
Регулирующие липидный обмен		Clofibrate Fenofibrate Fluvastatin Simvastatin
Сердечно- сосудистые		Amiodarone Diltiazem Propafenone Propranolol Sulfinpyrazone
Централь- ная нервная система	Эпилепсия	Barbiturates Phenytoin Tegretol
	Б-нь Паркинсона	Comtan (Entacapone) Requip (Ropinirole)



Витамины	Рыбий жир Поливитамины Витамин Е Витамин К	
Продукты питания	Сок грейпфрута Продукты с высоким содержанием витамина К (см. таблицу продуктов) Манго	

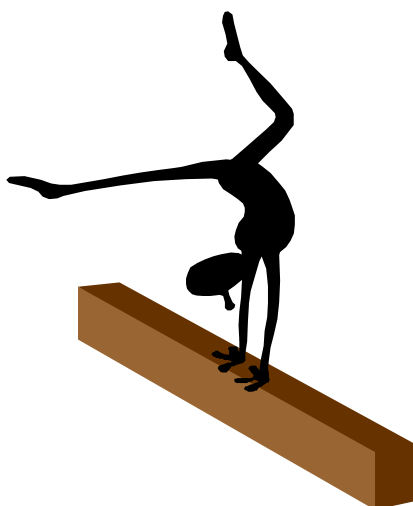
**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ, СУЩЕСТВЕННО
ВЗАИМОДЕЙСТВУЮЩИЕ С КУМАДИНОМ,
ПО ГРУППАМ (продолжение)**

<p>Другое</p>	<p>Anabolic steroids Azathioprine Fluorouracil Gemcitabine Detrusitol Influenza vaccine Interferon Paclitaxel Raloxifene Hydrochloride (Evista) Tolterodine Tramadol Zileuton</p>
<p>Лекарствен - ные растения</p> 	<p>Boldo-fenugreek Gingseng Quilinggao Danshen Dong Quai Lycium Barbarum L. PC_SPES</p>

	Усиливает действие кумадина
	Ослабляет действие кумадина

Reference: Holbrook et al. Systematic Overview of Warfarin and its Drug and Food Interactions. Arch Intern Med, 165: 1095-1106, 2005.

При каждом изменении в рационе питания или лекарственной терапии, включая альтернативную медицину и лекарственные травы, необходимо отрегулировать дозировку кумадина, чаще делая анализы крови, до тех пор, пока не будет определена оптимальная доза



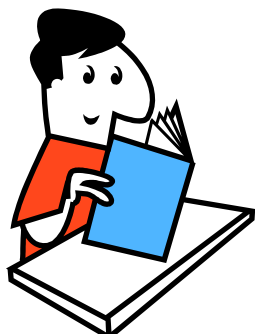
Для получения дополнительной информации о взаимодействии лекарств с кумадином зайдите на следующие сайты в Интернете:

- www.drugs.com/drug_interactions.html
- [www.hsforum.com/stories/storyReader\\$1511](http://www.hsforum.com/stories/storyReader$1511)

И в заключение, вот правила, которые помогут Вам сделать прием кумадина более эффективным и безопасным:



- **Принимайте лекарство как рекомендуется в этой брошюре, т.е., в зависимости от показателей INR и предыдущей недельной дозы.**
- Регулярно делайте анализ крови на INR.
- Советуйтесь с врачом перед тем, как начать принимать другие лекарства, в том числе препараты по рецепту врача, лекарственные препараты, отпускаемые без рецепта, витамины и лекарственные травы.
- Если Вам предстоит хирургическая операция, скажите врачу, что Вы принимаете кумадин.
- Перед каждым сеансом лечения зубов, скажите Вашему стоматологу, что Вы принимаете кумадин.
- Если Вы полагаете, что Вы беременны или собираетесь забеременеть, скажите об этом Вашему врачу.



Ниже приводятся источники
дополнительной
информации о
самоконтроле и лечебном
действии препарата.

Agency for Healthcare Research and Quality: Making Health Care Safer: A critical analysis of patient safety practices. Rockville, MD, 2001. Chapter 9.
(<http://www.ahrq.gov/clinic/ptsafety>)

Сжатое изложение исследований, которые показали, что при активном сотрудничестве пациента с врачом достигаются лучшие показатели INR, чем в случаях, когда только лечащий врач регулирует дозировку.

Horton DJ, Bushwick MB. Warfarin Therapy : Evolving Strategies in Anticoagulation. Am Family Phys. February 1,1999.
(<http://www.aafp.org/afp/990201ap/635.html>)

Статья в журнале Академии семейной медицины (США), на основании которой дозировка препарата определяется по линейкам или в соответствии с компьютерной программой.

ДНЕВНИК

Сделайте несколько фотокопий и заполняйте
ежедневно

День недели	Дата	Дневная доза	Суммарная недельная доза	Показатель INR
1 день				
2 день				
3 день				
4 день				
5 день				
6 день				
7 день				
1 день				
2 день				
3 день				
4 день				
5 день				
6 день				
7 день				
1 день				
2 день				
3 день				
4 день				
5 день				
6 день				
7 день				

Медперсоналу: Просьба указать, с кем в вашем отделении пациенту можно связаться

Для консультаций связывайтесь со следующими лицами:

Составители: Др. Ханан Гольдберг, Проф. Меер Брезис*

Редакция и графика: г-жа Лоис Гордон*

Мы будем благодарны Вам за Ваши замечания и пожелания по улучшению брошюры:

* Центр Хадасса по клиническому качеству и безопасности

Тел.: 02-6777110

Quality@hadassah.org.il

<http://www.hadassah.org.il/departments/quality>

Информация в этой брошюре носит чисто просветительский характер и ни в коем случае не представляет собой и не заменяет профессиональную медицинскую консультацию.

Все права защищены Hadassah©2006.

Любое копирование этих документов и/или использование их в коммерческих целях без письменного разрешения Хадассы запрещено. С другими информационными материалами можно ознакомиться на Интернет-сайте Хадассы : www.hadassah.org.il