

АНТИКОАГУЛЯНТНАЯ ТЕРАПИЯ У ПАЦИЕНТОВ С ИМПЛАНТИРОВАННЫМ МЕХАНИЧЕСКИМ КЛАПАНОМ СЕРДЦА

РЕКОМЕНДАЦИИ ПАЦИЕНТУ

Современные механические искусственные клапаны отвечают высочайшим требованиям надежности, биосовместимости и качества составляющих материалов. Лабораторные испытания подтверждают, что современные клапаны способны работать более 200 лет. Регулярный прием препаратов и контроль свертывающей функции крови позволяет значительно снизить вероятность осложнений после имплантации искусственного клапана сердца.

Что такое антикоагулянтная терапия, и для кого она необходима?

Анти – означает «против», а коагуляция связана со свертываемостью крови. Кумадин/варфарин и гепарин являются **антикоагулянтными препаратами**. Они способствуют более медленному свертыванию крови и предотвращают образование тромбов. Также их часто называют «препараты для разжижения крови», хотя они не делают кровь более жидкой или водянистой – они способствуют более медленному свертыванию крови. Это помогает предотвратить нежелательное образование тромбов, которые могут вызвать инсульты, сердечные приступы или тромбы в сосудах легких или ног.

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. Для того

чтобы избежать путаницы с рецептами, старайтесь приобретать лекарственные препараты в одной и той же аптеке.

Вам может потребоваться антикоагулянтная терапия, если:

- **Вам имплантировали определенные типы искусственных клапанов сердца;**
- у Вас мерцательная аритмия или трепетание предсердий;
- Вам недавно делали обширную пересадку или операцию на бедре или колене;
- у Вас был инсульт, инфаркт или сердечная недостаточность;
- у Вас тромбоз глубоких вен ноги или руки, или образование тромбов в легком (пульмональные эмболы), или существует риск возникновения тромбоза глубоких вен или образования пульмональных эмболов;
- у Вас определенные нарушения свертываемости крови.

Как обезопасить себя при применении антикоагулянтных препаратов?

Старайтесь приобретать препараты в одной и той же аптеке. Будьте предусмотрительны – не ждите, пока у Вас останется последняя таблетка, чтобы приобрести новую упаковку.

Сообщайте всем Вашим врачам и поставщикам медицинских услуг, включая дантистов и ортопедов, что Вы проходите антикоагулянтную терапию.

Позвоните вашему врачу или лицу, управляющему вашей антикоагулянтной терапией в следующих случаях:

- 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?

- Для бритья пользуйтесь электрической бритвой вместо бритвы с острым лезвием.
- Пользуйтесь мягкой зубной щеткой, аккуратно пользуйтесь зубной нитью, предпочтительнее использовать вощеную, чем не вощеную нить для чистки зубов, не пользуйтесь зубочистками.
- Осторожно обращайтесь с острыми ножами, садовыми инструментами или битым стеклом.
- Дома и на улице ходите в обуви, не срезайте самостоятельно мозоли или загоревшую кожу на пятках.
- Старайтесь не ковырять в носу и не очищать нос с силой.

Как отслеживается действие варфарина?

Анализ крови, называемый **протромбиновое время (ПВ)** или **международное нормализованное отношение (МНО)**, проводится для того, чтобы определить эффективность действия варфарина. Ваш врач сообщит Вам Вашу «норму», или терапевтический уровень МНО. Главной целью проведения терапии варфарином является сохранение уровня МНО в пределах

предписанной нормы или терапевтического уровня. Вам необходима та доза варфарина, которая будет поддерживать уровень МНО в пределах терапевтического (целевого) уровня в соответствии с вашим медицинским состоянием. Для проведения анализа МНО в лаборатории берется небольшое количество крови из вены. На анализ МНО Вам не нужно приходить натощак.

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 варфарин в одно и то же время суток, чтобы это вошло у Вас в привычку, и Вы не забыли принять препарат.

Было обнаружено, что многие препараты, отпускаемые по рецепту врача, влияют на дозировку 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, поэтому при их приеме может потребоваться более частый контроль МНО.

Существуют ли побочные эффекты, о которых мне следует беспокоиться?

Наиболее характерный побочный эффект при приеме 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 варфарина – выпадение волос. Также у вас могут появляться синяки от ушибов.

Почему мне следует следить за питанием во время приема варфарина?

Витамин К противодействует антикоагулянтному действию 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:

- зеленые листовые овощи, такие, как спаржа, брокколи, брюссельская капуста, белокочанная капуста, листовая капуста, салат эскариоль, цикорий салат, зеленый лук, салат-латук, браунколь, салат ромэн, листовая горчица, петрушка, шпинат, репа, кресс-салат;
- майонез, маргарин, масло канолы;
- авокадо, цветная капуста, турецкий горох, спаржевая фасоль, лущеный горох;
- печень – говяжья, свиная, куриная, индюшачья;
- соевые продукты – соевое молоко, соевые бобы, соевое масло;
- зеленый и травяной чай (в больших количествах), содержащие диптерикс, донник или ясменник душистый;
- продукты, содержащие жирорастворимые витамины, такие как Olestra (Olean), или напитки для похудения, такие как Ensure, SlimFast, или Carnation Instant Breakfast;
- клюква, клюквенный сок (это продукты с невысоким содержанием витамина К, но содержащие другие элементы, которые могут взаимодействовать с варфарином и повлиять на результат вашего анализа МНО).

Вы можете есть выше перечисленные продукты, но их следует употреблять последовательно и в умеренных количествах.

К продуктам с низким содержанием витамина К, которые не влияют на уровень МНО или дозировку варфарина, относятся говядина, курятина, свинина, креветки, тунец, индейка, зерна хлебных злаков, фрукты, фруктовые соки и следующие овощи: зеленый горох, зеленые бобы, кочанный салат, морковь, картофель, сельдерей, кукуруза, огурец, баклажан, помидор, перец и цукини.

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. Если Ваш врач не возражает, Вы можете употреблять алкоголь, принимая варфарин, но не более одной порции в день. (1 порция = 1 стакан пива, 1 бокал вина или 1 унция (30 граммов) крепкого алкоголя). 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 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.

Для пациентов с имплантированным искусственным механическим клапаном сердца МНО должно быть в пределах 2,0-3,0, ПТИ 40-60%.

