



**TÜRK  
KARDİYOLOJİ  
DERNEĞİ**

# **Pıhtıöner İlaç (Coumadin) Kullanan Hastalar İçin Kılavuz**

**Türk Kardiyoloji Derneği  
Kapak Hastalıkları alışma Grubu  
2012**



**2. Baskı**

## Hasta Bilgileri

Ad, soyad: .....

Adres: .....

.....

.....

.....

Ev telefonu: .....

Cep telefonu: .....

Hastane kayıt numarası: .....

T.C. kimlik no: .....

Acil durumlarda bilgi alınabilecek kişi:

.....

.....

## Pıhtıönler Tedavinin Yürütüldüđü Hastane

Klinik adresi: .....

.....

.....

Klinik telefon numarası: .....

Acil durumlarda ulaşılacak hastane telefon numarası:

.....

.....

İzleyen doktor: .....

Tedavinin nedeni: .....

Hedef INR düzeyi:.....

Tedavi bařlangıç tarihi:.....

## Giriş

Bu kitapçık size pıhtıönler olarak bilinen bir ilaç olan Coumadin kullanmaya başlayacağınız ya da kullandığınız için verilmiştir. Doktorunuz sizinle birlikte bu kitapçığı inceleyecek ve gerekli açıklamaları yaptıktan sonra aklınıza gelebilecek her türlü soruya yanıt verecektir. Ayrıca, doktorlarınız sizi pıhtıönler tedavinizin başlangıcında, hastanede yatıyorsanız taburcu olurken, kliniğe başvurduğunuzda ve gerekli olduğunda bilgilendireceklerdir.

## Kitapçık Ne İşe Yarar?

1. Bu kitapçık tedaviniz hakkında açıklayıcı bilgiler içermektedir.
2. Daha fazla bilgi edinebilmeniz için gerek duyabileceğiniz iletişim adreslerini de bu kitapçıkta bulabilirsiniz.
3. Kolaylıkla başvurabilmeniz için evinizde saklamanızı ve hastaneye başvurduğunuzda da yanınızda getirmenizi öneriyoruz.
4. Yapılmış olan kan testi sonuçlarınız, ilaç dozunuz ve ne sıklıkla kan testi yaptıracağınız kitapçığa kaydedilecektir. Bu kitapçığın sonunda test sonuçlarınızı ve ilaç dozunuzu kaydetmeniz için bir bölüm vardır. Kayıtlarınızı düzenli tutmanız önemlidir. Bu konuda doktorunuzdan da yardım alabilirsiniz.
5. Pıhtıönler ilacınız Coumadin tedavisine başladığınızda ilacın size yararlı olacak dozunu bulmak için INR adı verilen kan testini doktorunuzun uygun gördüğü aralıklarla yaptırmanız gerekmektedir. INR testi istenilen düzeyde kararlı hale gelince genellikle ayda bir bu testin yapılması yeterli olabilir. Ancak test sıklığı ve ilaç dozuna doktorunuzun karar vermesi gerektiğini unutmayınız.

## Pıhtıönler İlaçlar

Pıhtıönler ilaçlar kanınızın daha uzun sürede pıhtılaşmasını sağlayarak damarlarınızın içinde zararlı pıhtıların oluşmasını ve eğer varsa pıhtının büyümesini önler. Ülkemizde bu amaçla kullanılan ilaç Coumadin olarak bilinmektedir. Eczanelerde 5 ve 10 mg tablet olarak bulunmaktadır. Bu ilacın ne zaman ve hangi dozda kullanılacağı kararını doktorunuz verecektir.





## Coumadin İsimli Pıhtıöner İlacınızı Kullanırken Nelere Özen Göstereceksiniz?

1. Coumadin ağızdan günde tek doz olarak alınır.
2. İlacı her gün aynı saatte almak önemlidir.
3. Akşam saatlerinde alınması daha uygundur.
4. Aç ya da tok olarak alınabilir.
5. Bir bardak su ile alınmalıdır.
6. Genellikle her gün 5 mg (1 tablet) olarak başlanır. Nasıl başlanacağına ve hangi dozda devam edileceğine de doktorunuz karar verecektir.
7. İlacı başlamadan önce normal INR değerleri belirlenir. Bazı durumlarda istenen INR değerine ulaşmaya kadar damardan bir ilaç da verilmesi gerekebilir.
8. Eğer bir dozu almayı unutursanız veya yanlışlıkla hatalı bir dozda ilaç kullanırsanız bunu kitapçığa not ediniz. Ertesi gün ilacınızı normal dozunda kullanmaya devam ediniz ve asla iki doz birden almayınız. Eğer yanlış aldığınız doz normal dozunuzdan çok fazla miktarda ise doktorunuzla görüşünüz.

## Coumadin Kullanırken İzlem Gereklidir!

1. Doktorunuz sizi izlerken INR testi yaptıracaktır. Bu test kanınızın ne kadar sürede pıhtılaştığını ölçer. Kanın normal INR değeri yaklaşık olarak 1' dir.
2. Kullanmanız gereken ilaç dozu INR testi sonucuna göre belirlenir.
3. Doktorunuz söylemeden ilacınızı bırakmayınız ya da dozunda değişiklik yapmayınız.
4. Her zaman tedbirli olunuz ve en az bir haftalık ilaç dozunuz kaldığında ilacınızı yeniden yazdırınız.

## Coumadin Kullanırken Neler Yapalım - Neler Yapmayalım?

1. **Coumadin kullanırken egzersiz yapılmasında sakınca var mı?**
  - Coumadin kullanırken kanama riski olan etkinliklerin ve boks, karate gibi sporların yapılması sakıncalıdır.
  - Kanama riski olmayan etkinliklerin yapılmasında sakınca yoktur.



## 2. Coumadin kullanırken diş bakımı nasıl yapılmalıdır?

- Coumadin kullanırken dişlerin yumuşak bir fırça ile nazikçe fırçalanması gerekir. Sert darbeler kolaylıkla dişeti kanamasına neden olabilir. Diş ipi kullanımında da nazik davranmak gerekir.
- Eğer kendiliğinden dişeti kanamaları oluyorsa, bu durum Coumadin dozunun fazla olduğunun bir habercisi olabilir. Bu durumda mutlaka doktorunuza haber veriniz.
- Diş tedavisi yaptırmadan önce diş hekimine mutlaka Coumadin kullandığınızı söylemeniz gerekir. Coumadin kullanırken diş çekimi ya da kanamaya neden olabilecek bir işlem yapılacaksa ilacınızın dozunun yeniden ayarlanması gerekebilir.

## Coumadin Bazı İstenmeyen Etkilere Neden Olabilir!

1. Pıhtıönler ilaçların en önemli yan etkisi kanamadır. Eğer aşağıdakilerden herhangi biri ile karşılaşırsanız tıbbi bakıma başvurunuz ve hızla INR değerinizi ölçtürünüz:
  - Uzamış burun kanamaları (10 dakikadan uzun)
  - Kusma ile birlikte kan görülmesi
  - Tükürükte kan
  - İdrar veya dışkıda kan
  - Siyah renkte dışkılama
  - Şiddetli ya da kendiliğinden dişeti kanamaları oluşması
  - Olağan dışı baş ağrıları
  - Adet kanamalarında olağan dışı artma görülmesi
  - Vücudunuzun herhangi bir yerinde çarpma olmaksızın morluklar gelişmesi
2. Ciltte kaşıntı ve döküntü, karın krampları gibi yan etkileri de olabilir. İlaça bağlı olabileceğini düşündüğünüz bir durumla karşılaştığınızda doktorunuza danışınız.

## Dikkat Etmeniz Gerekenler!

1. Herhangi bir yeriniz kesilirse temiz ve kuru bir bez ile bu bölgeye en az 5 dakika yumuşak bir basınç uygulayınız.
2. INR değeriniz 5 ya da daha yüksekse ilaç almayı bırakınız ve hemen doktorunuzu arayınız.
3. Araç içi-dışı trafik kazaları, kesici-delici alet yaralanmaları, darp, yüksekten düşme, şiddetli baş çarpması gibi iç ve dış kanamaya neden olabilecek durumlarda derhal bir hastaneye başvurunuz.



## **Kullandığınız Bazı İlaçlar Coumadin İle Etkileşerek INR Düzeyinizi Değiştirebilir!**

1. Eğer pıhtıönler ilaç kullanırken aynı zamanda bir başka ilacı kullanmaya başladıysanız ya da kullandığınız bir ilacı sonlandırdıysanız, doktorunuz sizden bir hafta içerisinde yeni bir kan testi yaptırmanızı isteyebilir. Bu testin amacı yapılan ilaç değişikliğine rağmen INR düzeyinizin arzulanan düzeyde kaldığından emin olmaktır. Böyle bir durumda ayrıntılı bilgi almak için doktorunuza başvurunuz.
2. Eğer bitkisel ilaçlar dahil reçete ile satılmayan ilaçlardan kullanmayı düşünüyorsanız eczacınıza pıhtıönler ilaç kullandığınızı belirtin ve kitapçığınızdaki ilaç dozunuzu ve INR değerlerinizi gösterin. Böylelikle eczacılar sizin için güvenli olan ilaçları kullanmanızı önerebilirler. Ancak bu konuda da doktorunuzdan bilgi almanın daha güvenli olduğunu unutmayınız.
3. Doktorunuz tarafından özellikle reçete edilmedikçe aspirin kullanmayınız.
4. Ayrıca, cataflam, dolorex, kalidren, diclomec, difenak, dikloron, miyadren, voltaren, advil, artil, brufen, dolgit, dolorin, ibu-600, nurofen, profen, siyafen, suprafen, upren gibi ağrı için sık kullanılan ilaçlardan sakınınız. Ağrı kesici ilaç gerektiğinde parasetamol veya kodein içeren ilaçların kullanılması kabul edilebilir. Bu konuda doktorunuza danışınız.
5. Kemoterapi alırken Coumadin başlanan ya da Coumadin alırken kemoterapi başlanan hastalarda tedavinin ilk birkaç haftası çok dikkatli olunması ve sık INR izlemi ile Coumadin dozunun ayarlanması gerekmektedir.
6. Daha pek çok ilaç Coumadin ile etkileşime girerek INR düzeyinizi değiştirebilir. Bu konuda da doktorunuza danışmanız önemlidir.

## **Yiyeceklerinize Dikkat Etmelisiniz!**

1. Beslenme düzeninizdeki herhangi temel bir değişiklik vücudunuzun pıhtıönler ilaca verdiği yanıtı değiştirebilir, INR testi aşırı yükselebilir ve beklenmeyen kanamalar olabilir.
2. Özellikle K vitamini açısından zengin gıdalar INR sonuçlarınızı değiştirebilir. Bu gıdalar arasında brokoli, marul, yeşil lahana, ıspanak gibi yeşil yapraklı sebzeler, bezelye, karaciğer, yumurtanın sarısı, buğday kepeği ve yulaf gibi tahıllar, kaşar peyniri, soya ve zeytinyağı sayılabilir. Bu gıdaların alınması



## Pıhtıönler İlaç (Coumadin) Kullanan Hastalar İçin Kılavuz

sağlıklı bir beslenme için gereklidir; ancak, bunları aşırı miktarda tüketmeniz INR sonucunuzdaki kararlı hali değiştirebilir. Bu gıdalardan düzenli bir şekilde aynı miktarda almaya gayret ediniz.

3. Kırmızıbiber, papatya, melek otu, solucan otu, sarımsak, keten tohumu, zencefil, yeşil çay, atkestanesi, tekesakalı, kavak tomurcuğu, zerdeçal, aslankuyruğu gibi bitkiler Coumadin gibi pıhtıönler ilaçların etkisini artırıp kanamaya neden olabilirler. Bu konuda dikkatli olmanızı öneriyoruz.
4. Herhangi bir diyet uygulamanız gerekiyorsa varsa diyet uzmanınıza da Coumadin kullandığınızı belirtmelisiniz.
5. Beslenme şeklinizde 7 günü aşan sürelerde belirgin değişiklikler olursa INR testi yaptırmalısınız.
6. Pıhtıönler ilaç kullanırken aşırı alkol alımının da tehlikeli olabileceğini unutmayınız.

## Gebelik

1. Pıhtıönler ilaçlar gebeliğin ilk üç ayında bebeğin gelişimini etkileyebilir. Gebe kalmayı planlayan ve bu ilaçlardan kullanan kadınlar gebelikten önce bu isteklerini doktorlarıyla paylaşmalı ve tartışmalıdır.
2. Pıhtıönler ilaç kullanırken gebe kalmış olabileceğini düşünen kadınlar ise en kısa zamanda bir gebelik testi yaptırmalı ve sonuç pozitif ise derhal doktoruna başvurmalıdır.
3. Pıhtıönler ilaç kullanırken süt vermenin bilinen bir sakıncası yoktur.

**Herhangi bir sorunuz olduğunda  
doktorunuza danışmaktan çekinmeyiniz!**

## Coumadin







## **Pıhtıönler ilaç hangi durumlarda kullanılır?**

Oral pıhtıönler tedavi başta mekanik protez kalp kapakları olmak üzere, atriyal fibrilasyon, pulmoner emboli (pıhtı tıkaçı) ve derin ven trombozu gibi pıhtı veya emboli oluşma riski olan klinik durumlarda yaygın olarak kullanılmaktadır.

## **INR ölçüm sıklığı nasıl olmalı?**

Başlangıçta hedef INR düzeyi sağlanıncaya kadar hafta da bir, istenen INR düzeyine ulaşıldıktan sonra 4 haftada bir INR ölçülmesi önerilir.

## **Pıhtıönler ilaç tedavisine direnç gelişimi (Coumadin direnci) olur mu?**

Hedef INR'nin sağlanması için haftalık 75 mg üzerinde Coumadine ihtiyaç olduğu durumlarda Coumadin direnci akla getirilmelidir. Coumadinin karaciğerde yıkılmasını sağlayan sitokrom P450 sistemi (CYP<sub>2</sub>C<sub>9</sub>) veya Coumadinin etkisine aracılık eden vitamin K epoksit redüktaz enziminden (VKORC1) meydana gelen mutasyonların sorumlu olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle Coumadin direnci tespitinde genetik testlerden CYP<sub>2</sub>C<sub>9</sub> ve VKORC1 polimorfizmleri istenmektedir.

## **Ne zaman bu genetik çalışmalar yapılmalı?**

INR ayarlamasında zorluk çekilen, INR değerleri çok düşük veya yüksek gelenler ile Coumadin direnci düşünülen kişilerde genetik çalışmaların yapılması önerilmektedir.

## **Coumadin direnci olan olguların tedavisinde nasıl bir yol izleyelim?**

Öncelikle hastanın önerilen dozu düzenli alıp almadığı kontrol edilmelidir. Coumadinle etkileşen ilaç ve gıdalar konusunda hasta bilgilendirilmelidir. Coumadine karşı bir direnç varsa; ya istenen INR sağlanıncaya kadar Coumadin dozu kontrollü bir şekilde artırılır; ya da standart heparin, düşük molekül ağırlıklı heparinler veya fondaparinux gibi alternatif ilaçlardan biri kullanılabilir.



## **INR ölçümlerini hastaların kendileri ya da yakınları yapılıbilir mi?**

Hastalar veya yakınları, elde taşınabilir INR ölçüm cihazıyla, evlerinde parmak ucundan alınan kandan INR ölçümlerini yapabilirler. Böylece tedaviye daha iyi uyum, tedavi memnuniyetinin artırılması ve zaman kazancı sağlanmış olur. Hasta veya yakınlarının; cihazı nasıl kullanacakları, Coumadinin ilaç ve gıdalarla etkileşimleri konusunda eğitilmeleri gerekir. Ayrıca evde kullanılacak INR ölçüm cihazlarının, kalibrasyon ve kontrollerinin düzenli yapılmasının gerekliliği hatırlatılmalıdır.

## **İnternet üzerinden bilginin aktarılması ile INR takipleri yapılıbilir mi?**

Bu sistem henüz ülkemizde yok. Uygulaması yapılan ülkelerde hastalar belirlenen aralıklarda ölçüm monitörlerinde INR'lerini ölçerler. Bu ölçüm sonucu, kurulu bir ağ üzerinden sağlık merkezindeki server'a iletilir. Sonuçlar hastayı merkezden izleyen doktoru veya hemşiresi tarafından günlük olarak değerlendirilir. Normalin altında ya da üstündeki değerler hastaya otomatik olarak bildirilir. INR değeri terapötik düzeydeyse antikoagülasyon hemşiresi bir sonraki INR test tarihini bilgisayara girer, hasta bunu evindeki cihazda görür. Hastanın ilaç dozunda her hangi bir değişiklik yapılacaksa hemşire hastaya alması gereken yeni dozu telefonla bildirir.

Uzaktan izleme olanağı sağlayan internet bağlantılı sistem, tedaviye iyi uyum sağlayan, uzun süreli Coumadin tedavisi alacak (en az 9 ay) ve 18 yaş üzeri hastalarda oldukça yararlıdır. Tedaviye iyi uyum sağlayamayan, ilaç ya da alkol bağımlısı olduğu bilinen ya da şüphe edilen, psikolojik durumu bozuk ve bilişsel düzeyi düşük hastalar için uygun değildir.

## **Coumadine alternatif ilaç var mı?**

Coumadinin terapötik doz aralığının dar, etkisinin geç başlaması, diğer ilaçlar ve gıdalarla sık etkileşimi doz ayarlamasını zorlaştırır. Kanama riski az, alındıktan sonra çabuk etki gösteren, yarılanma ömrü kısa ve rutin INR ölçümü gerektirmeyen ilaçlar üzerindeki çalışmalar sürmektedir.



## **Hamile protez kapak hastalarında pıhtıönler ilaç tedavisi nasıl olmalı?**

Halihazırda, protez kapaklı gebede, risksiz pıhtıönler tedavi stratejisi yoktur. Gebelik testi pozitifleşince Coumadin kesilir. Gebeliğin ilk 13 haftası heparin, ikinci trimestirden itibaren 36. Haftaya veya planlanan doğumdan 2 gün öncesine kadar Coumadin verilir. Doğum sonrası kanama kontrol altına alındıktan sonraki en kısa sürede (6-24 saat) tekrar heparin ve Coumadin başlanır.

## **Protez kapak değişimi sonrası pıhtıönler tedaviye nasıl başlamalı?**

Coumadine operasyondan 2 gün sonra başlanmalıdır. Aort pozisyonundaki iki yaprakçıklı mekanik protez kapaklarda INR değeri 2.0-3.0 arasında olmalıdır. Diğer mekanik kapak tipleri ve yüksek riskli olgularda INR değerleri 2.5-3.5 arasında tutulmalıdır. Atriyal fibrilasyonu, sol atriyal trombüsü, ciddi sol ventrikül fonksiyon bozukluğu ve öncesinde emboli hikayesi olan protez kapak hastaları yüksek riskli gruba girmektedir. Biyoprotez kapak hastaların kapak takılması sonrası ilk 3 ay içerisinde INR 2-3 arasında olacak şekilde Coumadin alması önerilmektedir.

## **Coumadinin verilmemesi gereken durumlar nelerdir?**

Hamileliliğin ilk 3 ayı, kanama riski yüksek hastalar, karaciğer ve böbrek hastalığı olanlar, kontrolsüz kan basıncı yüksekliği, kontrol edilemeyen alkol ve ilaç kullananlar, uyumu bozuk, demans ve psikoz gelişen hastalarda verilmemesi önerilmektedir.

