



DİŞ BAKIMI NASIL OLMALIDIR ?



Coumadin kullanırken sert darbeler kolaylıkla dişeti kanamasına neden olabileceğinden dişler yumuşak bir fırça ile nazikçe fırçalanmalı, diş ipi kullanımında da nazik davranılmalıdır. Eğer kendiliğinden dişeti kanamaları oluyorsa, bu durum Coumadin dozunun fazla olduğunun bir habercisi olabilir. Diş tedavisi yaptırmadan önce diş hekimine mutlaka Coumadin kullanıldığı söylenmelidir. Coumadin kullanırken diş çekimi ya da kanamaya neden olabilecek bir işlem yapılacaksa gerektiğinde ilacın dozunun yeniden ayarlanması gerekebilir.



NASIL KULLANILIR ?

Coumadin'in her gün aynı saatte (tercihen akşamları), aç karnına veya tok karnına, çiğnenmeden bir miktar su ile alınması uygundur.



DOZ NASIL AYARLANIR



Coumadin, pıhtılaşma sistemi fonksiyonunun göstergelerinden biri olan Protrombin Zamanı Testini (PT) uzatır. PT testi sonuçları çeşitli faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebildiği için ilacın dozu standardizasyon amacıyla INR (International Normalized Ratio) değerine göre ayarlanmaktadır. Sağlıklı kişilerde bu oran 1 civarındadır. Yine de ilaca başlamadan önce normal INR değerleri belirlenir. Genellikle 5mg (günde 1 tablet) doz ile başlanır. Duruma göre başlangıçta istenen INR değerine ulaşana dek heparin kullanılabilir. Düzenli PT/INR kontrolü yapılır. İstenen INR düzeyine ulaşılmışsa heparin kesilip sadece coumadin ile devam edilir, sonra haftada 2 kez ölçüm yapılarak iyice sabitleşene kadar takip edilir. Daha sonra ayda bir INR ölçümü yeterli olabilmektedir. Düzenli INR takibi yapılarak kullanım endikasyonuna göre INR değeri 2-3 arası veya 2.5-3.5 arasında tutulmaya çalışılacak şekilde doz ayarlanır.



COUMADİN KULLANIRKEN DİKKAT EDELİM SAĞLIKLI KALALIM



SCAN ME

COUMADİN KULLANIRKEN NELERE DİKKAT ETMEK GEREKİR

Coumadin kullanan hastaların kanama açısından dikkatli olması gerekir. Çünkü ciddi ve ölümcül kanamalara neden olabilir. Kanama riski yüksek olanlarda daha sık INR takibi yapılması, istenen INR değerine göre dikkatli doz ayarlaması ve mümkünse daha kısa süreli tedavi uygulanması yararlı olur.



INR değeri 5'in üzerinde ise hemen Coumadin'i kesip takip eden doktorunuzla iletişime geçilmesi; INR değeri 10'un üzerindeyse veya herhangi bir olağan dışı kanama varsa hemen Coumadin'i kesip en yakın sağlık kuruluşuna başvurulması uygundur.

COUMADİN NELERLE ETKİLEŞİR ?

Ağrı, ateş ve iltihaba etkili olan ilaçlar epilepsi nöbetlerini engelleyen (antikonvülsan) ilaçlar kıkırdak ve eklem rahatsızlıklarında kullanılan glukozamin ve çeşitli antibiyotikler coumadinle birlikte kullanıldığında INR değerini ve kanama riskini artırır.



Kırmızı biber, papatya, melek otu, solucan otu, sarımsak, keten tohumu, zencefil, yeşil çay, at kestanesi, tekesakal, kavak tomurcuğu, zerdeçal, aslan kuyruğu gibi bitkiler ve Ginkgobiloba, ginseng gibi bitkisel kaynaklı ilaçlar ile alkol Coumadin'in etkisini artırıp kanamaya neden olabilirler. Coumadin etkisini K vitamininin phtlaşmaya etkisini baskılayarak gösterdiğinden aşırı miktarda K vitamini içeren gıdaların alınması da Coumadin'in etkisini azaltır. Bu nedenle yüksek dozda K vitamini içeren gıdaların günlük miktarını azaltmak faydalı olacaktır. Bazı ilaçlar (C vitamini (yüksek dozda), K vitamini, anti-tiroid ilaçlar), bitkisel kaynaklı destekleyici tedaviler (Koenzim Q-10 ve Sarı kantaron otu) ise coumadin'in etkisini azaltır. Yine yoğurt içinde bulunan bakteriler bağırsaktan K vitamini yapımını arttırarak etkili olduğundan bol miktarda yoğurt yenmesi de Coumadin'in etkisini azaltır.



**İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
CERRAHPAŞA
FLORENCE NIGHTİNGALE
HEMŞİRELİK FAKÜLTESİ
HASTA EĞİTİMİ DERSİ**

**HAZIRLAYAN
RABİA KARAKAŞ
DANIŞMAN
DOÇ. DR. GÖNÜL BODUR
SENA DENİZYARAN**



**COUMADİN KULLANAN
HASTA NELERE DİKKAT
ETMELİDİR !**