

## Guida alla terapia anticoagulante orale

**Gli anticoagulanti orali o dicumarolici (Coumadin e Sintrom) sono farmaci in grado di modificare la capacità di coagulare del sangue e quindi riducendo il rischio della formazione di trombi.**

La loro azione è basata sull'interferenza con l'attivazione di alcune sostanze (fattori di coagulazione) che servono per la formazione del coagulo; queste per essere attive hanno bisogno della vitamina K. **Gli anticoagulanti orali bloccano l'azione di questa vitamina indirettamente, rendendo il sangue meno coagulabile.**

Tuttavia, se questi farmaci consentono di impedire la formazione di trombi nel cuore, nelle arterie e nelle vene, espongono l'individuo ad un aumentato rischio di emorragia. Infatti il sistema coagulativo sarà meno pronto ad intervenire nel caso si producano lesioni soggette a sanguinamento. Un evento emorragico può capitare per le ragioni più diverse anche in assenza di trattamento con anticoagulanti orali, ma quando si usano questi farmaci possono rendersi evidenti e più gravi anche emorragie che altrimenti non si manifesterebbero. Dal momento che la dose necessaria ad ottenere tale effetto è molto variabile tra i diversi individui, è necessario misurare il tempo di coagulazione attraverso l'esame del sangue, per essere certi che il trattamento sia sicuro.

**Come si misura l'efficacia degli anticoagulanti orali :** con il Tempo di Protrombina, che abitualmente troviamo espresso o come percentuale (attività protrombinica) o come INR (International Normalized Ratio). Sarà necessario usare l'INR per la regolazione della terapia anticoagulante in quanto questo rappresenta il modo più corretto e sicuro di cui disponiamo. L'assunzione dei farmaci anticoagulanti orali determina un aumento dell'INR (il valore di un soggetto non anti-coagulato è 1). All'inizio di un trattamento con anticoagulanti orali viene definito l'intervallo ideale (ad esempio tra 2 e 3 o tra 2,5 e 3,5).

Lo scopo delle misurazioni periodiche è quello di evitare i valori estremi, che si possono associare più facilmente ad un fallimento della terapia per i valori troppo bassi o ad un aumento del rischio emorragico per quelli troppo alti.

### **I RISCHI DELLA TERAPIA ANTICOAGULANTE ORALE**

#### **Le emorragie**

E' possibile che durante il trattamento si verifichino emorragie. Al livello di anticoagulazione necessario per evitare la formazione di trombi, **non si hanno solitamente sanguinamenti**. Possono tuttavia comparire piccole emorragie dalle gengive, dal naso o dal retto (emorroidi); possono inoltre formarsi facilmente lividi sulla pelle anche per piccoli traumi. Sono invece del tutto normali i tempi per la riparazione di piccole ferite o di escoriazioni e non è necessario pertanto prendere alcuna particolare precauzione nello svolgimento delle attività quotidiane.

Nel caso invece che si trovi sangue nelle urine, nell'espettorato emesso con la tosse o nelle feci, oppure se questo fuoriesce in quantità eccezionalmente abbondanti dal naso o dalle emorroidi, è sempre opportuno effettuare una determinazione dell'INR in quel momento e rivolgersi al medico. Infatti è noto che spesso la comparsa di questi fenomeni non è dovuta alla terapia anticoagulante di per sé, quanto piuttosto alla presenza di qualche lesione facile al sanguinamento (ulcera, polipo ecc).

L'anticoagulante può favorire il sanguinamento, ma solo se la parete di quell'organo non è sana. In caso si subiscano traumi importanti è necessario controllare l'INR anche se non ci sono sanguinamenti evidenti: una lesione profonda può causare una emorragia nascosta, pertanto un valore di INR troppo alto in quel momento può essere pericoloso.

**Tutte le volte che ci si presenta ad un medico per qualunque problema si deve fare presente che si sta assumendo un farmaco anticoagulante; ciò sarà di maggiore importanza proprio in Pronto Soccorso.**

**Quando si prendono i farmaci?** Il Coumadin o il Sintrom si assumono **una volta al giorno, nelle ore centrali del pomeriggio o la sera prima di andare a letto; è comunque consigliabile prendere il farmaco all'incirca sempre alla stessa ora.** E' opportuno prendere nota con attenzione delle dosi assunte per ridurre le possibilità di errore.

### **La dieta**

Ideale è **mangiare un po' di tutto in modo equilibrato. Non ci sono motivazioni per abolire l'assunzione di verdura e frutta.** Questi cibi infatti non alterano la risposta alla terapia, mentre sono in grado di aiutarci a non aumentare di peso e a regolarizzare l'intestino. Le verdure inoltre sono ricche di vitamine, elementi indispensabili per il nostro organismo. L'assunzione costante di verdure ci aiuta a mantenere nel giusto equilibrio l'azione anticoagulante del farmaco. E' importante sottolineare che nel corso degli ultimi anni è stato dimostrato che coloro che assumono regolarmente verdure hanno anche un più basso rischio di andare incontro a malattie cardiovascolari.

Devono inoltre essere considerate eventuali situazioni in cui per i motivi più diversi (accesso dentario, diarrea o altre malattie) si riduce in modo drastico per qualche giorno la quantità di cibo assunta. Queste situazioni infatti si possono associare ad un aumento eccessivo dell'INR.

### **L'alcool**

**L'alcool aumenta l'effetto degli Anticoagulanti Orali e danneggia il fegato che li deve smaltire-**

### **Le interazioni con altri farmaci**

Molti farmaci possono modificare la risposta ai farmaci anticoagulanti a volte con un aumento, a volte con una diminuzione dell'INR. Perciò è necessario assumerli in caso di effettivo bisogno, cercando di utilizzare quelli conosciuti come sicuri. I controlli dell'INR dovranno essere più frequenti. Nelle nostre case è molto diffusa la presenza di farmaci per il controllo del dolore o per la febbre. E' frequente che questi farmaci vengano assunti senza consultare il medico. Tra questi il più comune è l'Aspirina (o Acido Acetil Salicilico che viene commercializzato in numerosi preparati diversi). L'uso di Aspirina e di antiinfiammatori in genere è molto pericoloso per coloro che assumono Anticoagulanti Orali. In caso di dolore dovuto a qualunque causa si consiglia quindi di usare farmaci a base di paracetamolo (TACHIPIRINA-SANIPIRINA-EFFERALGAN-ACETAMOL). Si deve avere inoltre cura di evitare l'iniezione di farmaci per via intramuscolare, perché si possono creare ematomi muscolari profondi molto fastidiosi. L'uso di **prodotti di erboristeria** è sconsigliato in quanto può determinare variazioni non prevedibili dell'INR.

### **E' NECESSARIO CONSULTARE IL MEDICO**

- In previsione di estrazioni dentarie
- In previsioni di indagini endoscopiche del tratto intestinale o urinario , di biopsie di organi interni
- In previsioni di interventi chirurgici
- Quando avvengono condizioni che modificano in maniera importante l'abituale stato di salute (in particolare la diarrea e il vomito)
- Quando si devono assumere medicine diverse dalle solite
- Quando si sono commessi errori nell'assunzione del farmaco anticoagulante
- Se compaiono sangue in sedi non abituali (urine, feci, espettorato) oppure se ci sono segni di facile sanguinamento in qualunque altra sede.
- In caso di traumi importanti