Dr. Italo Paolini
Medico chirurgo · Specialista in Anestesia e Rianimazione
Ecografia clinica · Terapia del dolore
Via Salaria 15 · 63096 Arquata del Tronto (AP)
Cell. **335 649 6206** · italopaolini.it

CUORE E CIRCOLAZIONE · SCHEDA E DIARIO

La terapia con anticoagulanti orali (warfarin)

Il warfarin (Coumadin) e l'acenocumarolo (Sintrom) rendono il sangue meno coagulabile e riducono il rischio che si formino trombi nel cuore, nelle arterie e nelle vene. Funzionano bloccando l'azione della vitamina K. In cambio aumentano il rischio di sanguinamento: per questo la dose va controllata con un esame del sangue, l'**INR**.

Questa scheda vale per warfarin e acenocumarolo. I **nuovi anticoagulanti** (apixaban, dabigatran, edoxaban, rivaroxaban) non richiedono il controllo dell'INR e hanno regole diverse: chieda al medico.

1. L'INR

- Chi non prende anticoagulanti ha un INR di circa **1**. Con la terapia il valore sale.
- All'inizio il medico stabilisce l'**intervallo giusto** per lei, di solito tra 2 e 3 (a volte tra 2,5 e 3,5).
- Valori troppo bassi non proteggono dai trombi; valori troppo alti aumentano il rischio di emorragie. I controlli servono a restare nell'intervallo.

2. Come prendere il farmaco

- Una volta al giorno, **sempre alla stessa ora**, di solito nel pomeriggio o la sera.
- Annoti ogni giorno la dose presa sul diario (pagina 2): riduce il rischio di errori.
- Se dimentica una dose, non la raddoppi il giorno dopo: avvisi il medico.

3. Alimentazione e alcol

- Mangi un po' di tutto, in modo equilibrato. **Non serve eliminare frutta e verdura**: è importante che il consumo di verdure, soprattutto a foglia verde, sia **regolare**, senza grandi cambiamenti da una settimana all'altra.
- Se per qualche giorno mangia molto meno (febbre, diarrea, mal di denti), l'INR può salire troppo: avvisi il medico.
- L'**alcol** aumenta l'effetto del farmaco: lo eviti o lo limiti a quantità minime.

4. Altri farmaci

- Molti farmaci, compresi gli **antibiotici**, possono modificare l'INR. Non inizi nuove medicine senza dirlo al medico.
- **Aspirina e antinfiammatori** (come ibuprofene, ketoprofene, diclofenac) sono pericolosi con gli anticoagulanti. Per dolore o febbre usi il **paracetamolo**.
- Eviti le **iniezioni intramuscolari**: possono causare ematomi profondi.
- Eviti prodotti di erboristeria e integratori senza averne parlato con il medico.
- Dica sempre a ogni medico, al dentista e al Pronto Soccorso che prende un anticoagulante.

5. I sanguinamenti

Piccoli sanguinamenti di gengive o naso e lividi facili sono possibili. Le piccole ferite guariscono normalmente.

Dr. Italo Paolini
Medico chirurgo · Specialista in Anestesia e Rianimazione
Ecografia clinica · Terapia del dolore
Via Salaria 15 · 63096 Arquata del Tronto (AP)
Cell. **335 649 6206** · italopaolini.it

Contatti subito il medico se

- trova sangue nelle urine, nelle feci (o feci nere), nel catarro o nel vomito;
- ha un sanguinamento abbondante dal naso o dalle emorroidi che non si ferma;
- ha subito un trauma importante, anche senza sanguinamento visibile, soprattutto alla testa;
- ha mal di testa improvviso e molto forte.

Si rivolga al medico anche prima di

estrazioni dentarie, endoscopie, biopsie o interventi chirurgici; quando inizia o sospende un farmaco; in caso di diarrea o vomito; se ha sbagliato la dose.

Dr. Italo Paolini
Medico chirurgo · Specialista in Anestesia e Rianimazione
Ecografia clinica · Terapia del dolore
Via Salaria 15 · 63096 Arquata del Tronto (AP)
Cell. **335 649 6206** · italopaolini.it

CUORE E CIRCOLAZIONE · DIARIO

Diario della terapia anticoagulante

Nome e cognome _____ Mese e anno _____ Intervallo INR _____

Giorno	Dose presa	INR	Note (controlli, farmaci nuovi, sanguinamenti)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			