



## معلومات عامة حول مضادات التجلط

### ما هي مضادات التجلط؟

هي أدوية تقلل تجلط الدم، وهي تُستخدم في:

- منع زيادة حجم الجلطات وتسببها في انسداد الأوعية الدموية
- المساعدة على الوقاية من تكوّن جلطات جديدة

إن الوقاية من الجلطات مهمة لأنها تقلل فرص حدوث مشكلات خطيرة كالجلطات الدموية في الرئتين، والسكتات الدماغية، والنوبات القلبية.

يُطلق على مضادات التجلط أحيانًا اسم "مخففات الدم". لكنها في الواقع لا تخفف الدم.

إن العديد من مضادات التجلط هي أدوية فموية. وهي تأتي في شكل أقراص أو كبسولات تتناولها عن طريق الفم. تشمل الأمثلة ما يلي:

- أبيكسابان الاسم التجاري: (Eliquis)
- دابيجاتران الاسم التجاري: (Pradaxa)
- إيدوكسابان الأسماء التجارية: (Savaysa) ، (Lixiana)
- ريفاروكسابان الاسم التجاري: (Xarelto)
- وارفارين الاسم التجاري: (Coumadin)

في بعض الحالات، يصف الأطباء مضادًا للتجلط يأتي في شكل حقنة بدلاً من ذلك.



## ما هي الاختلافات بين مضادات التجلط الفموية؟

- تشمل بعض الاختلافات الرئيسية ما يلي:
- المشكلات الصحية التي تُستخدم من أجلها
- ما إذا كان يتم تناولها مرة واحدة أم مرتين في اليوم
- ما إذا كنت بحاجة إلى تغيير نظامك الغذائي
- ما إذا كنت بحاجة إلى إجراء اختبارات دم بصفة دورية
- ما الذي يجب فعله إذا فاتتك جرعة
- خطر النزيف



## كيف أتناول مضاد التجلط بأمان؟

يأتي الدواء مزودًا بمعلومات وإرشادات، يجب أن تقرأ هذه التعليمات بعناية.

- نصائح عامة – من المهم فعل ما يلي:**
  - تأكد من أنك تعرف تركيز دوائك وشكله.
  - تعرف على كيفية تخزين الدواء بأمان بعيدًا عن الحرارة وعن متناول الأطفال.
  - إذا كان لديك أي أسئلة، اطرحها على طبيبك، أو الصيدلي. إذا كنت تتناول وارفارين، فربما تتابع أيضًا مع "عيادة منع تجلط الدم."
  - الاستعداد** – ارتد دائمًا سوارًا، أو قلادة، أو علامة تنبيه تفيد بأنك تتناول مضادًا للتجلط ومدونًا عليها اسم الدواء. يمكنك أيضًا حمل بطاقة في محفظتك أو إدخال هذه المعلومات في هاتفك المحمول، إلى جانب اسم ورقم شخص للاتصال به في حالة الطوارئ. وبهذه الطريقة، سيعرف الناس كيف يهتمون بك إذا تعرضت لحادث ولم تتمكن من شرح حالتك.
- اختبارات الدم –** إذا تناولت وارفارين، فإنك تحتاج إلى إجراء اختبارات دم بصفة دورية للتحقق من كفاءة تجلط الدم. ويطلق على الاختبار "زمن البروثرومبين (PT) والنسبة المعيارية الدولية (INR) بناءً على النتائج، قد تغير جرعتك أو تتخطى جرعة إلى أن تصل نتيجتك إلى النطاق الأمثل. لست بحاجة إلى إجراء اختبارات دم بانتظام لمضادات التجلط الفموية الأخرى. ولكنك قد تحتاج في بعض الأحيان إلى إجراء اختبار دم لفحص وظائف الكلى والكبد.
- تناول أدوية أخرى –** استشر طبيبك، أو الصيدلي، أو عيادة منع تجلط الدم قبل تناول أي أدوية جديدة. ويشمل ذلك أي أدوية، وأعشاب، ومكملات، وفيتامينات تُصرف بوصفة طبية أو بدون وصفة طبية. فبعض هذه المواد قد تؤثر على طريقة عمل مضادات التجلط.
- إذا وصف طبيب آخر دواءً جديدًا، كمضاد حيوي، فأخبر طبيبك أو عيادة منع تجلط الدم. إذا كنت تتناول وارفارين، فقد تحتاج إلى إجراء اختبار دم وقد تحتاج إلى تعديل جرعة وارفارين أثناء تناول الدواء الآخر.

● **النظام الغذائي** – بالنسبة لمعظم مضادات التجلط، هناك بضعة قواعد تتعلق بالنظام الغذائي. بالنسبة لبعضها، مثل أيبكسابان أو ريفاروكسابان، لا تشرب كمية كبيرة من عصير الجريب فروت. إذا كنت تتناول وارفارين، فإن الأطعمة التي تحتوي على الكثير من فيتامين (ك) يمكن أن تؤثر على كيفية عمله. تعد العديد من الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من فيتامين (ك) كالخضروات الورقية، والبروكلي، والكرنب الأجد (كرنب الكيل) جزءاً مهماً من النظام الغذائي الصحي. لا تتجنب الأطعمة الصحية التي تحتوي على فيتامين (ك)، فقط احرص على تناول نفس الكمية تقريباً من هذه الأطعمة كل يوم.

● **فيتامين (ك) المكملات** – إذا كنت تتناول وارفارين، فلا تتناول كمية إضافية من فيتامين (ك) إلا إذا طلب منك طبيبك ذلك. يوجد فيتامين (ك) في بعض الفيتامينات، والمكملات، ومنتجات الكالسيوم.

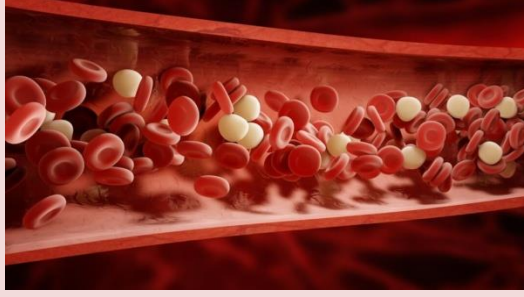
● **الحمل** – إذا كنتِ ترغبين في الحمل، تحدثي إلى طبيبك حول كيفية تأثير ذلك على مضاد التجلط الذي تتناولينه. لا يُصح بمضادات التجلط الفموية أثناء الحمل. حيث أن وارفارين يسبب مشكلات في نمو الجنين، وخاصة في وقت مبكر من الحمل. تتحول معظم النساء إلى مضاد تجلط يُعطى في شكل حقنة. أخبري طبيبك على الفور إذا أصبحت حاملاً أثناء تناول مضاد للتجلط عن طريق الفم. وهو سيعمل معك لوضع خطة. لا تتوقفي عن تناول مضاد التجلط دون التحدث إلى طبيبك أو الصيدلي. إذا كنتِ لا ترغبين في الحمل، فيمكن لطبيبك أيضاً التحدث معك حول خيارات منع الحمل.

## ❖ كيف يمكنني تقليل خطر إصابتي بالنزيف؟

الخطر الرئيسي عند استخدام مضادات التجلط هو النزيف. والنزيف الخطير ليس شائعاً، لكنه قد يحدث. قد يحدث النزيف بعد التعرض لإصابة، ولكنه يمكن أن يحدث أيضاً بدون إصابة. وهناك أشياء يمكنك فعلها لتقليل خطر النزيف الخطير.

### الخطوة:

- تحدث مع طبيبك حتى يكون لديك خطة لما يجب فعله في الحالات التالية:
  - إذا فوّت جرعة من دوائك عن طريق الخطأ أو تناولت جرعة إضافية
  - إذا مرضت أو لم تتمكن من تناول دوائك
  - إذا كنت بحاجة إلى الخضوع لجراحة أو إجراء في الأسنان
  - إذا كان لديك نزيف غير طبيعي
  - إذا كنت قد تحملين
- إذا كنت بحاجة إلى الخضوع لجراحة أو إجراء، فتأكد من أن الأطباء الذين يعالجونك يعرفون أنك تتناول مضاداً للتجلط. تحدث إلى طبيبك لمعرفة متى يجب عليك التوقف عن تناول مضاد التجلط ومتى يجب أن تبدأ تناوله مجدداً.
- إذا كنت ستخضع لإجراء في الأسنان، فأخبر طبيب الأسنان أو جراح الفم أنك تتناول مضاداً للتجلط، وتعتمد توجيهاتهم بشأن مضاد التجلط الخاص بك على الإجراء.



### تجنب الإصابات:

- تجنب فعل أشياء قد تؤدي إلى السقوط. وتشمل أمثلة ذلك السير على أسطح زلقة أو الصعود على مقعد مرتفع أو سلم.
- تجنب الألعاب الرياضية التي قد تسبب إصابة.
- توخي الحذر عند التعامل مع الأدوات الحادة التي يمكن أن تجرحك، أو تجنب استخدامها متى أمكن ذلك. وتشمل الأمثلة: السكاكين الحادة، والمناشير، وشفرات الحلاقة ذات الحواف المستقيمة.

### حماية نفسك:

- ارتد دائماً حزام الأمان في السيارة، سواء كنت السائق أو الراكب.
- ارتد دائماً خوذة عند ركوب دراجة هوائية أو دراجة بخارية.
- تجنب شرب الكثير من الكحول
- إذا كنت تعاني من نزيف في الأنف، استخدم جهاز ترطيب عندما يكون الهواء جافاً. يمكنك أيضاً محاولة وضع الفازلين في أنفك. لا تعبت في أنفك.
- تجنب الأدوية التي تزيد خطر إصابتك بنزيف، ما لم يطلب منك طبيبك تناولها. على سبيل المثال، فإن "مضادات الالتهاب غير الستيرويدية" مثل (أيبوبروفين ، نابروكسين ، والأسيرين) يمكن أن تزيد من خطر النزيف. لعلاج الحمى أو الأوجاع والالام الخفيفة، يمكنك تناول ( أسيتامينوفين).

### متى يجب على طلب المساعدة؟

#### احصل على المساعدة الطارئة على الفور في الحالات التالية:

- إذا سقطت، أو ارتطمت رأسك بشيء ما، أو تعرضت لإصابة أخرى خطيرة قد تتسبب في حدوث نزيف
- إذا تعرضت لحادث سيارة
- إذا أصبت بصداع شديد أو فقدت الوعي
- إذا واجهت صعوبة في التحدث، أو ضعف، أو فقدان لوظيفة ذراعك أو ساقك
- إذا تقيأت دمًا أو شيئاً يشبه القهوة المطحونة
- إذا أصبت بنزيف شديد

#### اتصل بطبيبك أو الصيدلي على الفور إذا كنت تعاني من أي من العلامات التالية التي تشير إلى حدوث نزيف غير طبيعي:

- براز يبدو لونه أسود داكناً أو قطرانياً
- نزيف الأنف أو أي نزيف لا يتوقف
- غزارة الدورة الشهرية أو النزيف بين مواعيد الدورة الشهرية
- البول الأحمر الداكن أو البني

#### ويجب عليك أيضاً إخبار طبيبك في الحالات التالية:

- إذا تناولت جرعة دواء أكثر مما كان ينبغي عليك تناوله
- إذا أصبت بنزيف من اللثة بعد غسل أسنانك بالفرشاة
- إذا أصبت بكدمات أكثر من المعتاد بعد إصابة خفيفة
- إذا أصبت بإسهال، أو قيء، أو لم تكن قادراً على تناول الطعام لمدة تزيد عن 24 ساعة
- إذا أصبت بالحمى (درجة الحرارة أعلى من 38 درجة مئوية)
- إذا كنت غير قادر على تناول دوائك لأي سبب من الأسباب، أو تفويت جرعة أو أكثر.

أسئلة شائعة حول الأدوية المضادة للتجلط الفموية المختلفة

ريفاروكسابان الاسم التجاري: (Xarelto)	أبيكسابان الاسم التجاري: (Eliquis)	دابيغاتران الاسم التجاري: (Pradaxa)	وارفارين الاسم التجاري: ( Coumadin )	
مرة في اليوم. قد يحتاج بعض الأشخاص إلى تناول جرعة أقل مرتين في اليوم خلال الأسابيع الثلاثة الأولى، ثم الانتقال إلى جرعة أعلى مرة واحدة في اليوم.	مرة أو مرتين في اليوم، حسب سبب تناولك له. قد يحتاج بعض الأشخاص إلى تناول جرعة أعلى مرتين في اليوم خلال الأسبوع الأول، ثم الانتقال إلى جرعة أقل مرتين في اليوم.	مرة أو مرتين في اليوم، حسب سبب تناولك له.	مرة في اليوم.	كم مرة يجب أن أتأوله؟
لا.	لا.	لا.	نعم.	هل أحتاج إلى إجراء اختبارات دم بصفة دورية؟
لا، فبمجرد أن تستمر على جرعة ثابتة، لا تحتاج لتعديل الجرعة.	لا، فبمجرد أن تستمر على جرعة ثابتة، لا تحتاج لتعديل الجرعة.	لا، فبمجرد أن تستمر على جرعة ثابتة، لا تحتاج لتعديل الجرعة.	عندما تبدأ في تناول وارفارين لأول مرة، يجب عادةً تعديل الجرعة للوصول على الجرعة المناسبة لك. وقد يتغير ذلك لاحقًا اعتمادًا على نتائج اختبارات دمك.	هل ستحتاج الجرعة إلى تعديل؟
قد لا تكون محميًا بنفس القدر إذا فاتتك جرعة. اسأل طبيبك أو الصيدلي عما يجب عليك فعله إذا فاتتك جرعة.	قد لا تكون محميًا بنفس القدر إذا فاتتك جرعة. اسأل طبيبك أو الصيدلي عما يجب عليك فعله إذا فاتتك جرعة.	قد لا تكون محميًا بنفس القدر إذا فاتتك جرعة. اسأل طبيبك أو الصيدلي عما يجب عليك فعله إذا فاتتك جرعة.	إنه ليس بنفس درجة خطورة مضادات التجلط الأخرى. اسأل طبيبك، أو الصيدلي، أو عيادة منع تجلط الدم عما يجب عليك فعله إذا فاتتك جرعة.	ما الذي يحدث إذا فاتتني جرعة؟
نعم، لكن الخطر قد يكون أقل مقارنةً باستخدام وارفارين.	نعم، لكن الخطر قد يكون أقل مقارنةً باستخدام وارفارين.	نعم، لكن الخطر قد يكون أقل مقارنةً باستخدام وارفارين.	نعم.	هل يمكن أن يسبب نزيفًا خطيرًا؟
نعم.	نعم.	نعم.	نعم.	هل يوجد دواء لعكس التأثيرات إذا أصبت بنزيف خطير؟
يجب أن تتجنب الجريب فروت وعصير الجريب فروت لأنه قد يغير طريقة عمل الدواء. إذا كنت تتناول ريفاروكسابان بسبب	يجب أن تتجنب الجريب فروت وعصير الجريب فروت لأنه قد يغير طريقة عمل الدواء.	لا.	نعم. يجب أن تحرص على الحفاظ على ثبات كمية فيتامين (ك) التي تتناولها في طعامك على مدار الوقت.	هل يجب عليّ فعل أي شيء خاص بشأن نظامي الغذائي أثناء تناوله؟

<p>إصابتك بالرجفان الأذيني ("A-fib")، فأنت بحاجة إلى تناوله مع وجبة العشاء. إذا كنت تتناول ريفاروكسابان (لأي سبب) وكان تركيز أقرصك من 15 إلى 20 ملليجرام، فيجب أن تتناوله مع الطعام.</p>			<p>إذا كنت تتناول أطعمة غنية بفيتامين (ك)، فيجب عليك فعل ذلك باستمرار. يمكن لطبيبك، أو الصيدلي، أو عيادة منع تجلط الدم إعطاؤك قائمة بالأطعمة الغنية بفيتامين (ك).</p>	
<p>ربما يجب عليك تجنبه إذا كنت مصابًا بمرض كبدي متوسط إلى شديد، أو مرض شديد في الكلى.</p>	<p>ربما يجب عليك تجنبه إذا كنت مصابًا بمرض شديد في الكبد.</p>	<p>ربما يجب عليك تجنبه إذا كنت مصابًا بمرض شديد في الكلى.</p>	<p>لا مانع من تناوله.</p>	<p>ماذا لو كنت مصابًا بمرض في الكبد أو الكلى؟</p>
<p>قد تؤثر بعض الأدوية على جرعة مضاد التخثر. تجنب الأسبرين و"مضادات الالتهاب غير الستيرويدية" ما لم ينصح طبيبك بخلاف ذلك. يمكن لمعظم الأشخاص استخدام أسيتامينوفين (باراسيتامول) في تسكين الألم أو علاج الحمى.</p>	<p>قد تؤثر بعض الأدوية على جرعة مضاد التخثر. تجنب الأسبرين و"مضادات الالتهاب غير الستيرويدية" ما لم ينصح طبيبك بخلاف ذلك. يمكن لمعظم الأشخاص استخدام أسيتامينوفين (باراسيتامول) في تسكين الألم أو علاج الحمى.</p>	<p>قد تؤثر بعض الأدوية على جرعة مضاد التخثر. تجنب الأسبرين و"مضادات الالتهاب غير الستيرويدية" ما لم ينصح طبيبك بخلاف ذلك. يمكن لمعظم الأشخاص استخدام أسيتامينوفين (باراسيتامول) في تسكين الألم أو علاج الحمى.</p>	<p>هناك العديد من الأدوية التي قد تؤثر على جرعة وارفارين المطلوبة. تحدث إلى طبيبك إذا وُصف لك دواء جديد. تجنب الأسبرين و"مضادات الالتهاب غير الستيرويدية" (NSAIDs). يمكن لمعظم الأشخاص استخدام أسيتامينوفين (باراسيتامول) في تسكين الألم أو علاج الحمى.</p>	<p>ماذا لو كنت أتناول أدوية أخرى؟</p>

References:  
www.Uptodate.com

لمزيد من المعلومات يرجى الإتصال بنا...  
المركز الأردني للمعلومات الدوائية و السموم  
الرقم المباشر: 06/ 5804524  
رقم الهاتف : 65804804 / فرعي 66788-66787