

服用抗凝血劑



幫助家人或朋友管理藥物是無償看護者最常見的職責之一。當服用具有高風險的藥物時，這項任務就會格外具有挑戰性。獨居聯盟(Home Alone AllianceSM)系列視訊中的這一集是關於如何管理藥物，介紹了關於一種常用的高風險處方藥物——warfarin的資訊。Warfarin是各個品牌該藥物的通用名稱。

Warfarin經常被人(甚至是醫護專業人士)描述為「血液稀釋劑」。這是一個常用但並不準確的術語。Warfarin不會稀釋血液；作為一種抗凝血劑，它會阻止血液凝結，也就是凝血。它是適用於心臟疾病病患的處方藥，如被稱為心房顫動的心律不齊問題或心臟瓣膜問題。它也用於腿部或肺部有血栓的病患以避免復發，以及用於中風高危病患。

Warfarin的風險

Warfarin的優勢十分明顯。那麼為何它被視為高風險藥品呢？其中有諸多原因。

當與許多其他處方藥和非處方藥一起服用時，Warfarin會導致出現副作用。日常活動造成的意外傷害也可能導致出血。當服用Warfarin的病患出現切割傷或受傷時，會比平時需要更長的時間止血。

如果服用劑量過大或不按醫囑用藥，則會導致嚴重出血甚至危及生命。Warfarin導致的相關出血問題是發生急診、住院和再入院情況的主要原因。

考慮到這些原因，醫療保健服務提供者通常需要時時監測病患的血濃度。用於監測Warfarin作用的測試被稱為國際標準化比值或INR。這是一種測量血液凝結所需時間的血液檢查——凝血酶原或PT時間測定。INR越高，血液凝結的時間越長(發生出血的風險也越高)。首次開具Warfarin處方時，可能需要每隔幾天進行一次測試，此後每隔幾週進行一次。如果出現問題，時間安排可能會變動。關於Warfarin的這方面管理，請諮詢醫療保健服務提供者。

Warfarin並非適合所有病患。曾有出血性疾病、貧血、腎臟或肝臟疾病以及其他慢性疾病史的病患應向醫療保健服務提供者詳細告知病史，然後由醫療保健服務提供者針對服用Warfarin提供有依據的建議。

服用Warfarin

現在，讓我們來關注每日常規，以及作為看護者，您如何幫助病患遵守醫囑。就積極的方面而言：

- > Warfarin片劑的一側標有劑量，因此您可以隨時確定劑量是否正確。
- > Warfarin片劑中央有一條刻線，如果劑量改變，您可以輕鬆掰開片劑。

現在來看一些挑戰性問題：

- > 因為Warfarin應在每天的同一時間服用，所以找到一種方法來提醒您或病患該服藥了，是很重要的。可以是日曆、電話或電腦提醒、醫療裝置(設定每日服藥時間的藥物分類盒)或其他裝置。
- > 請勿漏服。但是，如果您已盡了最大努力，病患仍漏服一次藥物，請勿在下次服藥時加倍服用。遇到這種情況，請諮詢醫療保健服務提供者該怎麼辦。
- > Warfarin會與維生素K發生反應，維生素K存在於羽衣甘藍、花椰菜和菠菜等綠色蔬菜中。病患在飲食方面不必完全避開此類健康食物，但應少量食用。
- > 病患僅在個別情況下可以飲酒。
- > Warfarin應儲存在陰涼乾燥處。一定要將本藥品(及所有藥品)儲存在兒童和寵物觸碰不到的地方。您可在Up and Away的網站上找到相關實用建議，該組織與疾病控制和預防中心聯手深耕於用藥安全領域。請瀏覽www.upandaway.org/。該網站為英文。

提醒病患做到以下幾點，以規避風險：

- > 使用溫和的軟毛牙膏，避免擦傷牙齦。
- > 使用電動剃鬚刀剃須。
- > 在使用尖銳物品時倍加小心，如刀具和剪刀。
- > 避免可能會導致跌倒或受傷的危險活動。
- > 使用鋒利工具或從事園藝時戴手套。
- > 在家時穿鞋或防滑拖鞋。
- > 佩戴醫療警報環。
- > 告知所有的醫療保健服務提供者，包括牙醫，您正在服用Warfarin，特別是在接受任何手術之前。(注意：作為家庭照顧者，也可以由您告知上述人員。)
- > 記錄一份所有藥品的清單並時時更新，包括非處方藥、補充劑和中草藥製劑。即使是常見的非處方止痛藥、感冒藥和胃藥也可能與Warfarin發生反應。要確定Warfarin與其他藥物同服的風險，請利用好藥劑師這個重要資源。

其他選擇

有幾種其他的新藥選擇可達到穩定的凝血水平，並可以免去常規血檢的麻煩。如果您在Warfarin的使用管理方面有困難，請諮詢醫療保健服務提供者是否有其他的選擇，可以達到同樣的效果而沒有那麼多的風險。



額外資源用英語

美國國家醫學圖書館出版物Medline Plus廣泛涵蓋了關於Warfarin的相關資訊。請瀏覽www.medlineplus.gov/druginfo/meds/a682277.html。

聯邦衛生健康研究與品質機構製作了一本抗凝血劑(該機構將其稱為「血液稀釋劑」)病患教育手冊：<https://www.ahrq.gov/patients-consumers/diagnosis-treatment/treatments/btpills/btpills.html>。

Drugs.com製作了易於閱讀的病患指導說明：www.drugs.com/warfarin.html。該網站還列出了已知會與Warfarin發生反應的568種藥物；其中131種會發生嚴重反應，364種會發生中度反應，73種會發生輕度反應。

本系列包含其他豐富的視訊和資源指南。請瀏覽www.aarp.org/nolongeralone查看完整清單。

AARP公共政策研究所
由Carol Levine，聯合醫院基金會(United Hospital Fund)提供