

توجه داشته باشید برخی مواد غذایی با این دارو تداخل دارند (به دلیل داشتن ویتامین K):

چای سبز- شلغم- چغندر- کاهو (مخصوصا برگ های سبز بیرونی)- سبزی خوردن- سبزی قرمه سبزی- انواع کلم و گل کلم- اسفناج خام یا پخته- کیوی- گوجه سبز- انار- انبه- گریپ فروت- دارچین- زردچوبه- خیار (اگر با پوست مصرف شود)- سویا- پیاز- سیر- دل- جگر.

البته این به معنای منع مصرف این غذاها نیست بلکه به معنای مصرف کم و ثابت این هاست (چرا که ویتامین K برای سلامتی استخوان و نیز قلب و عروق یک ماده ضروری است) برای مثال مصرف روزانه نصف فنجان اسفناج پخته و یا نصف پیش دستی سبزی خوردن یا یک لیوان سبزی خام یا سالاد یا نصف لیوان سبزی پخته ایرادی ندارد.

بعد از مشخص شدن میزان وارفارین مورد نیاز خود، بیمار نباید عادات غذایی خود را تغییر دهد، به این معنی که نباید میزان ویتامین K ی موجود در غذای خود را افزایش یا کاهش دهد.

در صورت وجود هرکدام از نشانه های زیر، مصرف وارفارین را قطع کرده و به پزشک معالج یا نزدیکترین بیمارستان محل زندگی خود مراجعه کنید:

۱. خونریزی از دهان- لثه- بینی
۲. خونریزی گوارشی مثل وجود خون واضح در استفراغ یا مدفوع- مدفوع سیاه رنگ و قیری
۳. کبودی های پوستی یا دردهای غیرمعمول  
مفاصل که بعد از مصرف داروها ایجاد شوند.
۴. وجود خون در ادرار (مثلا صورتی- قرمز یا قهوه ای شدن ادرار)
۵. در خانم ها خونریزی زنانه شدید.
۶. وجود ضعف و بی حالی
۷. سردرد شدید یا هرگونه تغییر در هوشیاری مثل خواب آلودگی

بیمار گرامی، شما داروی مهمی به نام وارفارین مصرف می کنید. وارفارین از عمل ویتامین K که به انعقاد خون کمک می کند جلوگیری می کند و مانع تشکیل لخته می شود. در صورت مصرف نادرست دارو، کم یا زیاد کردن خودسرانه مقدار دارو و انجام ندادن به موقع آزمایش مربوط به رقت خون (PT,INR) ممکن است دچار عوارض شوید.

برخی موارد منع مصرف وارفارین:

- بیماری های خونریزی دهنده
- کمبود ویتامین C یا K
- هموفیلی و کمبود فاکتور های انعقادی
- زخم های باز، خونریزی فعال و زخم معده
- فشار خون بالا
- بیماری های عروق مغزی
- حاملگی
- برخی سرطان ها
- واریس مری
- بیماری های شدید کلیه و کبد
- جراحی اخیر مغز یا چشم

کد مستند:

GCC-PA-90-05



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

## توصیه برای بیماران که وارفارین مصرف می کنند

تهیه کننده: خانم دکتر حیدری (متخصص قلب و عروق)

منبع: داروهای ژنریک ایران (ترجمه و تالیف محمد آبگون)  
ایران فارما (تالیف دکتر شهراز و دکتر غازیانی)

تاریخ تدوین: زمستان ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲



➤ در صورت داشتن تب، پرکاری تیروئید و نیاز به واکسن آنفولانزا حتما پزشک را مطلع کنید چون این ها نیز سطح خونی وارفارین را تغییر می دهند.

➤ برخی داروهای گیاهی می توانند در انعقاد خون موثر باشند و فقط با اجازه پزشک معالج، قادر به مصرف آن ها می باشید.

➤ شربت و قرص مولتی ویتامین نیز دارای ویتامین K می باشند و بدون اجازه پزشک نباید مصرف شوند.

➤ استامینوفن به صورت وابسته به دوز اثر وارفارین را افزایش می دهد (هرچه بیشتر مصرف کنید بدتر است).

➤ الکل، ویتامین E و روغن ماهی بدون تغییر در PT, INR، باعث افزایش احتمال خونریزی می شوند (به دلیل اثر ضدپلاکتی)

➤ در مراجعه به دندانپزشک، تزریقات و یا هر پزشک دیگر به آن ها اعلام کنید که وارفارین مصرف می کنید.

داروهایی که ممکن است با وارفارین تداخل داشته باشند و لازم است شما در صورت مصرف آن ها پزشک خود را مطلع کنید:

مسکن ها (مثل: ایبوپروفن-ایندومتاسین- مفنمیک اسید)- پروپرانولول- آسپرین- فنی توئین- فنوباربیتال- کاربامازپین- آمیودارون- قرص های ضد بارداری- ریفامپین- داروهای ضد اسید (مثل امپرازول و پنتاپرازول)- سوکرافیت- سایمیتیدین- جم فیبروزیل- کلوفیبرات- کلسیترامین- اریترومایسین- سفازولین- لیبریوم(کلردیازپوکساید)- آلوپرینول- دی پیریدامول- پریمیدول- گریزوفولوپین- نالیدکسید اسید- مترونیدازول- سیپروفلوکساسین- کوتریموکسازول- متی مازول و سایر داروهای تیروئید و حتی داروهای خوراکی دیابت.