



Thrombosis Canada

Thrombose Canada

La warfarine

aussi connue sous le nom commercial Coumadin

Qu'est-ce que la warfarine?

La warfarine est un anticoagulant (médicament pour « éclaircir » le sang) qui ralentit la coagulation du sang de façon à prévenir la formation de caillots sanguins anormaux ou leur aggravation.

À quoi sert la warfarine?

- À prévenir la formation d'un caillot sanguin anormal.
- À traiter un caillot sanguin anormal présent dans une jambe ou dans un poumon.
- À prévenir la formation de caillots sanguins autour d'une prothèse valvulaire cardiaque ou du cœur.

Quelle est la posologie prescrite pour la warfarine?

- Votre posologie de warfarine peut être établie par votre médecin, un pharmacien, une infirmière praticienne ou une clinique locale d'anticoagulothérapie. Dans ce document, nous désignerons par le terme « fournisseur de soins de santé » la personne qui vous soutient dans la prise en charge de votre traitement par la warfarine.
- Une analyse sanguine appelée « rapport international normalisé » (RIN) doit être effectuée pour vérifier si la warfarine que vous prenez agit de façon efficace et sécuritaire. Votre RIN doit être évalué fréquemment au début du traitement, puis moins fréquemment une fois que votre posologie régulière de warfarine a été établie. En général, cette analyse ne doit pas être réalisée plus d'une fois par semaine, à moins de circonstances inhabituelles.
- Si vous ne prenez pas de warfarine, votre RIN est d'environ 1,0 (entre 0,9 et 1,2). Votre RIN cible se situe entre _____ et _____.
- Votre posologie de warfarine peut varier de temps à autre en fonction de votre RIN.
- Notez tous vos résultats de RIN et toutes les doses que vous avez prises. Notez aussi les différentes posologies de warfarine qui vous ont été prescrites et la date de votre prochain RIN.

Comment faut-il prendre la warfarine?

- La warfarine doit être prise à peu près à la même heure tous les jours. Elle peut être prise à jeun ou encore avec des aliments ou d'autres médicaments; autrement dit, la warfarine NE doit PAS nécessairement être prise seule, à un moment éloigné de toute autre prise de nourriture ou de médicament.
- La quantité de warfarine à prendre varie d'une personne à l'autre. Des ajustements de votre posologie seront parfois nécessaires en fonction de vos analyses sanguines.
- La warfarine se présente en comprimés de différentes couleurs; chaque couleur correspond à une dose particulière.



- Selon la dose qui vous a été prescrite, il sera peut-être nécessaire de couper vos comprimés en deux. L'utilisation d'un coupe-comprimé est recommandée.
 - Si vous prenez la moitié d'un comprimé, prenez l'autre moitié le jour suivant.
- Si vous oubliez une dose, prenez-la dès que vous constatez votre oubli si c'est le même jour. Si vous constatez votre oubli le jour suivant, ne prenez pas deux doses le même jour. Si vous avez oublié plus de 2 doses, informez-en votre fournisseur de soins de santé, car le fait d'oublier plusieurs doses pourrait influencer vos résultats de RIN.
- Vérifier la couleur des comprimés qu'on vous a remis avant de quitter la pharmacie. Si vos comprimés n'ont pas leur apparence habituelle, parlez-en au pharmacien.

Suivez-nous sur Twitter : @ThrombosisCan

Téléchargez notre application dans les boutiques iTunes, Google Play et Windows

Courriel : info@thrombosiscanada.ca
www.thrombosiscanada.ca

ClotsMatter.ca
 THROMBOSIS ADVOCATES

Qu'est-ce qui peut influencer les effets de la warfarine?

Pour répondre à cette question, les anglophones pensent à l'acronyme DIME, pour Diet changes (changements alimentaires), Illness (maladie), Medications (médicaments) et Error (erreur, ou dose oubliée).

- **Changements alimentaires** : les légumes verts peuvent influencer le RIN, mais ne cessez pas d'en manger. Essayez simplement d'en manger à peu près la même quantité chaque semaine.
 - **Alcool** : une ou deux boissons alcoolisées par jour sont acceptables, mais évitez les excès.
- **Maladie** : un rhume, une grippe, des nausées, des vomissements, de la diarrhée ou toute autre maladie peuvent influencer votre RIN. Téléphonnez à votre médecin si vous avez des problèmes d'estomac, des vomissements ou de la diarrhée pendant plus d'une journée, car cela pourrait modifier votre RIN.
- **Médicaments** : tout changement dans les médicaments que vous prenez, y compris un changement de dose, peut influencer votre RIN. Cela concerne aussi bien les médicaments d'ordonnance que les médicaments en vente libre, les vitamines et les produits à base de plantes médicinales. Assurez-vous que votre fournisseur de soins de santé est au courant que vous prenez de la warfarine. S'il y a des changements dans vos médicaments, y compris des changements de dose ou l'ajout d'un traitement antibiotique, faites vérifier votre RIN dans les 3 jours qui suivent. Tout produit contenant de l'acide acétylsalicylique (Aspirin®) ou semblable à Aspirin® peut être nocif lorsque vous prenez de la warfarine, car il peut augmenter votre risque d'hémorragie.
 - Tout produit contenant de l'acide acétylsalicylique (Aspirin®) ou semblable à Aspirin® peut être nocif lorsque vous prenez de la warfarine, car il peut augmenter votre risque d'hémorragie.
 - Évitez les antidouleurs en vente libre jusqu'à ce que vous ayez consulté votre médecin pour savoir si vous pouvez en prendre sans danger.
- **Erreur (dose oubliée)** : le fait d'oublier une dose peut influencer votre RIN. Si vous oubliez une dose, prenez-la dès que vous constatez votre oubli. NE prenez PAS deux doses le jour suivant pour compenser une dose oubliée la veille.
- Notez les doses de warfarine que vous prenez et vos résultats de RIN, en indiquant la date et tout changement relatifs aux quatre points ci-dessus (changements alimentaires, maladie, médicaments, dose oubliée). Communiquez ces renseignements à votre fournisseur de soins de santé, qui saura ainsi si une analyse de votre RIN a été effectuée. Notez tout changement dans votre posologie ainsi que la date du prochain RIN demandé par votre fournisseur de soins de santé.

La warfarine cause-t-elle des effets indésirables?

- Si votre RIN est plus élevé que votre RIN cible, votre risque d'hémorragie est plus grand.
- Si votre RIN est plus bas que votre RIN cible, votre risque de caillots sanguins est plus grand.
- Les hémorragies sont le principal effet indésirable de la warfarine.
 - La warfarine ne cause pas de saignement, mais elle aggrave tout saignement existant. Il est important de surveiller votre RIN pour s'assurer qu'il reste dans les valeurs qui sont appropriées pour vous.
 - Si vous tombez enceinte ou si vous prévoyez le devenir pendant votre traitement par la warfarine, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.
- **Saignements légers** :
 - Saignements du nez ou des gencives.
 - Si vous saignez du nez, tenez-le pincé pendant 10 minutes, sans lâcher. Si le saignement continue, pincez-le encore pendant 10 minutes. Si le saignement ne s'est toujours pas arrêté, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé ou rendez-vous dans une clinique de santé ou à un service d'urgence.
 - L'utilisation d'une brosse à dents souple peut réduire les saignements de gencives.
 - Tendance à faire des ecchymoses.
 - Une coupure qui saigne un peu plus longtemps que normalement.
 - *N'arrêtez pas de prendre la warfarine si vous avez des saignements mineurs.*
- **Saignements graves** :
 - Urine de couleur rouge, brune ou foncée.
 - Selles rouges ou noires.
 - Présence de sang rouge clair ou de granules semblables à du café moulu dans les crachats ou les vomissements.
 - Une coupure qui n'arrête pas de saigner après y avoir exercé une pression pendant 10 minutes.
 - Une chute sérieuse ou un important coup à la tête.
 - Un mal de tête intense accompagné de nausées et de vomissements.



Suivez-nous sur Twitter : @ThrombosisCan



Téléchargez notre application dans les boutiques iTunes, Google Play et Windows

Courriel : info@thrombosiscanada.ca
www.thrombosiscanada.ca



Conseils pour réduire les risques d'hémorragie

L'activité physique est importante pour rester en bonne santé. Continuez à faire vos exercices habituels, mais souvenez-vous que la warfarine augmente votre risque d'hémorragie lors d'une blessure.

- Suivez les formations appropriées pour les sports que vous pratiquez et portez toujours les équipements protecteurs requis (p. ex., le casque pour faire du vélo).
- Faites preuve de bon sens. Ne pratiquez pas des activités dangereuses comme des sports extrêmes.
- Vous pouvez recevoir des vaccins, notamment le vaccin contre la grippe; appliquez ensuite une pression pendant 10 minutes sur le point d'injection pour réduire l'ecchymose.
- Portez un bracelet d'identification médicale.

Message à retenir

- Prenez la warfarine à peu près à la même heure tous les jours.
- Les analyses sanguines (RIN) périodiques sont importantes pour que votre traitement par la warfarine reste sécuritaire.
- Signalez tout changement important dans votre alimentation, votre état de santé, vos médicaments et la régularité de vos doses de warfarine.
- La warfarine aggrave tout saignement existant.
- Communiquez avec votre médecin si vous tombez enceinte pendant votre traitement par la warfarine.
- Continuez à faire vos exercices pour rester en bonne santé, mais faites-le en toute sécurité!



Suivez-nous sur Twitter : @ThrombosisCan



Téléchargez notre application dans les boutiques iTunes, Google Play et Windows

Courriel : info@thrombosiscanada.ca
www.thrombosiscanada.ca