

Pour toute information complémentaire,  
vous pouvez contacter l'infirmière  
référente de la Clinique  
de l'Anticoagulation.

Contact: 04/321.76.03

## LES ANTICOAGULANTS



COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

1. Introduction :

Ce livret est destiné aux patients traités par anticoagulants oraux. Il s'agit de médicaments souvent pris pour « fluidifier » le sang. Les noms des médicaments anticoagulants sont habituellement SINTROM°, MAREVAN° ou MARCOUMAR°. Ce livret a pour but de répondre aux questions souvent posées.

2. Pourquoi prendre des anticoagulants ?

Les anticoagulants servent à éviter ou limiter la formation ou l'extension de caillots de sang dans la circulation du sang.

3. Comment prendre ce médicament ?

Ce médicament est très important pour vous. Prenez-le **tous les jours à heure fixe** de préférence au repas du soir. Ne changez jamais la dose sans l'accord de votre médecin.



#### 4. Pourquoi les contrôles sanguins sont-ils nécessaires ?

L'efficacité du traitement est mesurée à l'aide de prises de sang. La fréquence de ces contrôles sanguins sera déterminée par votre médecin. Une anticoagulation trop forte peut entraîner des saignements. Une anticoagulation trop faible augmente le risque de formation de caillots.

#### 5. Comment faire les contrôles sanguins ?

Il est préférable que ces analyses se fassent le matin et si possible toujours par le même laboratoire. L'analyse de sang recherche le résultat INR. Plus l'INR est élevé, plus l'anticoagulation est forte.

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

6. Quelle est la dose optimale ?

Pour obtenir la dose optimale, il faut effectuer au début du traitement des contrôles fréquents (1 à 2 X /semaine). Par la suite, des contrôles moins fréquents **mais réguliers** sont nécessaires. Votre médecin vous communiquera la valeur cible de l'INR pour vous. En effet, cela varie en fonction de la raison de l'anticoagulation et d'une personne à l'autre.

7. A quoi dois-je faire attention pendant mon traitement ?

Le sang coagule moins vite, le risque de saignement est augmenté.

Consultez votre médecin si vous avez : 

- ♦ des saignements répétés du nez,
- ♦ un saignement anormal des gencives lors du brossage des dents,
- ♦ des hématomes (bleus).

Consultez immédiatement si vous avez :



- ♦ du sang dans les urines, selles ou expectorations ;
- ♦ des selles noires ou foncées ;
- ♦ des troubles subits de la vue ou de l'audition, des signes de paralysies ;
- ♦ des maux de tête, des vomissements, une perte de connaissance après une chute ou un traumatisme.

Si vous n'êtes pas assez anticoagulé, votre traitement ne sera pas efficace et vous risquez de développer des caillots de sang dans votre circulation.

8. Que faire en cas d'oubli du médicament ?

N'oubliez pas votre dose quotidienne.

Prendre le médicament 3 à 4 heures plus tard n'est pas grave. Si vous avez néanmoins oublié votre dose, notez la date de l'oubli et signalez-le lors de votre prochain contrôle. Si vous manquez plus d'une dose, demandez l'avis de votre médecin.

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

Dans tous les cas, **ne prenez surtout pas une double dose.**

9. Précautions à prendre :



*Le risque de saignements étant augmenté, quelques précautions sont à prendre :*

A) Activités physiques :

La pratique d'une activité physique est conseillée, mais il est déconseillé d'exercer des activités physiques et sportives où le risque de chute est augmenté.

B) Soins d'hygiène :

- ♦ Utilisez une brosse à dents souple ,
- ♦ Utilisez un rasoir électrique plutôt que des lames,
- ♦ Coupez vos ongles avec une pince à ongles plutôt qu'avec des ciseaux,
- ♦ Prévenez toujours votre dentiste, manucure, pédicure que vous prenez des anticoagulants.

C) Autres précautions :



- ♦ Evitez les injections intramusculaires (tous les vaccins peuvent se faire en sous-cutané),
- ♦ Informez à temps votre médecin en cas de biopsie ou d'intervention chirurgicale,
- ♦ En cas de coupure ou d'accident, réalisez un pansement compressif. En cas de blessure qui vous paraît plus sévère, consultez votre médecin.

10. Causes possibles de dérèglement de votre traitement :

- ♦ Autres médicaments :

Chaque fois qu'un médecin vous prescrit un nouveau traitement, n'oubliez pas de lui signaler que vous prenez des anticoagulants. Il y a un risque d'augmentation de l'effet anticoagulant et ainsi du risque de saignement.

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

En cas de douleur, l'utilisation à court terme de médicament à base de paracétamol est permise (Panadol°, Dafalgan°,...). Pour l'utilisation d'autres anti-douleurs, vous devez toujours consulter votre médecin.

- ♦ Alcool :

En cas de forte consommation d'alcool ou si vous souffrez déjà d'un problème hépatique, l'alcool pourra augmenter l'effet anticoagulant.

- ♦ Influences alimentaires :

Une alimentation équilibrée et variée n'aura pas d'influence sur votre traitement.

- ♦ Influences dues à d'autres affections :

Tout problème de santé peut influencer votre traitement et ainsi dérégler l'INR :

- ♦ Affections qui donnent de la fièvre,
- ♦ Atteintes du foie,
- ♦ Problèmes digestifs (gastro-entérites),
- ♦ Maladies rénales,
- ♦ Affections de la thyroïde.

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

COMMENTAIRES									
DOSE									
INR									
DATE									

A RETENIR



- ♦ Munissez-vous toujours de votre carte « anticoagulant » et tenez à jour votre carnet de bord avec les résultats sanguins,
- ♦ N'interrompez jamais votre traitement sans l'accord de votre médecin,
- ♦ Faites les contrôles sanguins comme ils ont été prescrits par votre médecin,
- ♦ Soyez vigilants aux signes indiquant un dérèglement de votre traitement,
- ♦ Evitez la consommation excessive d'alcool,
- ♦ Consultez votre médecin en cas de prise d'autres médicaments ou en cas de maladie,
- ♦ Faites votre prise de sang le matin et prenez votre comprimé le soir.

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

12

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

17

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

16

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

13

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

14

DATE	INR	DOSE	COMMENTAIRES

15