



FEDERAZIONE
CENTRI PER LA DIAGNOSI
DELLA TROMBOSI E LA
SORVEGLIANZA DELLE TERAPIE
ANTITROMBOTICHE

CENTRO 186, VERONA

Referente: Dr. Roberto Facchinetti. Presso:
Laboratorio Analisi Chimico-Cliniche ed Ematologiche
Ospedale Civile Maggiore
Azienda Ospedaliera di Verona
Direttore f. f.: Dr.ssa Maria Stella Graziani

RISPOSTE ALLE DOMANDE DEI PAZIENTI IN TERAPIA ANTICOAGULANTE ORALE

Lo scopo di questo volumetto è di fornire ai Pazienti in Terapia Anticoagulante Orale un agile strumento di consultazione che sia in grado di rispondere alle loro più frequenti domande.

Le domande, raggruppate per argomento come indica l'indice allegato, sono basate sulla esperienza del nostro Centro e sono quelle che più frequentemente ci sentiamo rivolgere dai Pazienti durante la normale attività ambulatoriale.

Il linguaggio adottato è volutamente semplice per soddisfare la maggior parte degli utenti; vogliamo comunque sperare che non sia eccessivamente semplicistico.

Crediamo che questa pubblicazione, lasciata a disposizione di tutti i Pazienti in Ambulatorio, possa contribuire alla efficacia clinica della terapia anticoagulante.

Questo scritto va considerato uno strumento dinamico che può e deve essere aggiornato periodicamente in base allo stato dell'arte ed ai suggerimenti dei Pazienti e dei Colleghi.

Il referente del Centro FCSA 186:
Dr. Roberto Facchinetti

INDICE	
DOMANDA	Pagina
A - FARMACI ANTICOAGULANTI	8
A 1. Cosa sono i farmaci anticoagulanti orali?	8
A 2. Cosa è la coagulazione del sangue?	8
A 3. Perché è utile prendere gli anticoagulanti?	8
A 4. Quali sono i farmaci anticoagulanti orali?	8
A 5. Cosa c'entra la vitamina K?	9
A 6. Come funzionano i farmaci anticoagulanti orali?	10
A 7. I farmaci anticoagulanti possono avere effetti indesiderati?	10
A 8. Come funzionano le eparine (iniezioni sulla pancia)?	10
A 9. Quando è che devo fare le iniezioni sulla pancia?	11
A 10. Per quanto tempo dovrò prendere gli anticoagulanti?	11
B - TEMPO DI PROTROMBINA E INTERVALLO TERAPEUTICO	12
B 1. Cosa è il Tempo di Protrombina?	12
B 2. Cosa è l'INR?	12
B 3. Quanto deve essere il Tempo di Protrombina?	12

B 4. Quali sono i valori di Tempo di Protrombina da considerare pericolosi?	13
B 5. Cosa devo fare se mi viene trovato un valore di Tempo di Protrombina pericoloso?	14
C – ALIMENTAZIONE	15
C 1. Cosa posso mangiare?	15
C 2. E' vero che sono proibite le verdure a foglia larga?	15
C 3. Posso bere vino o altri alcolici?	16
C 4. C'è differenza fra verdura cruda e cotta?	16
D. ALTRI FARMACI	17
D 1. Che medicine posso prendere per i dolori (mal di testa, dolori muscolari, dolori articolari)?	17
D 2. Che medicine posso prendere per la febbre?	17
D 3. Come devo comportarmi se devo prendere nuovi farmaci?	17
D 4. Come devo comportarmi se devo smettere un farmaco che prendo abitualmente?	18
D 5. Posso prendere tisane o altre erbe in erboristeria, ricostituenti, farmaci omeopatici?	18
D 6. Posso fare le vaccinazioni (es. per l'influenza)?	18
E. PRELIEVO DI SANGUE	19
E 1. Perché devo fare i prelievi di sangue?	19

E 2. Come devo fare per venire nel vostro ambulatorio a fare il prelievo?	19
E 3. Posso fare il prelievo di sangue per il PT in un altro laboratorio?	20
E 4. Posso farmi fare il prelievo a domicilio?	20
E 5. Devo essere a digiuno per fare il prelievo per il PT?	21
E 6. Posso prendere le mie medicine la mattina, prima del prelievo?	21
F - TERAPIA E ERRORI NEL PRENDERE IL FARMACO	22
F 1. Come devo fare per avere da voi la terapia?	22
F 2. Posso venire al controllo in anticipo?	22
F 3. Posso venire al controllo in ritardo?	22
F 4. Come devo comportarmi se non posso essere puntuale all'appuntamento del prelievo?	23
F 5. Come devo comportarmi se non posso venire all'appuntamento del prelievo perché sono malato?	23
F 6. A che ora del giorno devo prendere il Coumadin o il Sintrom?	24
F 7. Il Coumadin o il Sintrom vanno presi a stomaco pieno o vuoto?	24
F 8. Come devo fare per evitare errori nel prendere il farmaco?	24
F 9. Come devo comportarmi se mi dimentico di prenderlo?	25

F 10. Come devo comportarmi se non sono sicuro di averlo preso?	25
F 11. Come devo comportarmi se per errore ho preso dose doppia?	26
F 12. Come devo comportarmi se per errore ho preso dose sbagliata?	26
F 13. Come devo comportarmi se dopo aver preso il farmaco ho vomitato ?	26
F 14. Come devo comportarmi se perdo lo schema della terapia?	27
F 15. Perché devo rispondere alle domande in fondo allo schema ?	27
G – INTERVENTI CHIRURGICI ED ESAMI INVASIVI	28
G 1. Come devo comportarmi se devo fare una endoscopia digestiva (gastroscoopia, colonscopia) ?	28
G 2. Come devo comportarmi se devo fare una biopsia?	28
G 3. Come devo comportarmi se devo fare un intervento chirurgico?	28
G 4. Come devo comportarmi se devo andare dal dentista?	28
H - MALATTIE E RICOVERI	30
H 1. Come devo comportarmi se sono ammalato e bloccato in casa?	30
H 2. Come devo comportarmi se ho diarrea?	30

H 3. Come devo comportarmi se vengo ricoverato?	30
H 4. Come devo comportarmi in caso di ferite importanti?	31
H 5. Come devo comportarmi se devo andare al Pronto Soccorso?	31
H 6. Come devo comportarmi se ho una Fibrillazione atriale e devo fare la cardioversione?	31
H 7. Come devo comportarmi quando faccio altre analisi, raggi, elettrocardiogrammi, visite mediche, eccetera?	31
I – EMORRAGIE	33
I 1. Come devo comportarmi se ho una emorragia?	33
I 2. Come devo comportarmi se ho sangue dal naso?	33
I 3. Come devo comportarmi se mi compaiono macchie sulla pelle?	33
I 4. Come devo comportarmi se mi compaiono molti puntini neri sulla pelle, grandi come capocchie di spillo?	34
I 5. Come devo comportarmi se mi compaiono ematomi?	34
I 6. Come devo comportarmi se mi compaiono le urine rosate o rosse?	34

I 7. Come devo comportarmi se mi compaiono feci nere come la pece?	34
I 8. Come devo comportarmi se mi compare sanguinamento dalle gengive?	35
I 9. Come devo comportarmi se al mattino vedo che il cuscino ha macchie di sangue?	35
I 10. I piccoli ematomi che compaiono sulla pancia in seguito alle iniezioni di eparina sono pericolosi?	35
I 11. Come devo comportarmi se ho ripetuti episodi di trombosi?	35
L - VIAGGI, VACANZE	36
L 1. Come devo comportarmi se devo fare un viaggio?	36
L 2. Come devo comportarmi se devo prendere l'aereo?	36
L 3. Posso andare in montagna, e a che altitudine?	36
L 4. Posso andare al mare e prendere il sole?	36
M - ALTRI PROBLEMI	37
M 1. Come devo comportarmi in caso di gravidanza?	37
M 2. La terapia anticoagulante può influenzare le mestruazioni?	37

M 3. Come devo comportarmi se qualche altro medico (di famiglia, specialista, eccetera) mi cambia le dosi di anticoagulante che voi mi avete dato?	37
M 4. Posso fare attività fisica, e quanto?	38
N - AMBULATORIO PRELIEVI E AMBULATORIO TAO	39
N 1. Come devo comportarmi se faccio il prelievo di sangue dopo le ore 9 ?	39
N 2. Come devo comportarmi in sala di attesa mentre aspetto la risposta e la terapia?	39
N 3. Come devo comportarmi se voglio ricevere la terapia per fax?	39
N 4. Posso venire in laboratorio al terzo piano dopo le ore 10 per ritirare la terapia?	40
N 5. Come devo fare se ho bisogno di parlare con un Medico del Centro?	40
O - AIPA ANTICOAGULATI	42
O 1. Che cosa è l'AIPA (Associazione Italiana Pazienti Anticoagulati) ?	42
O 2. Come devo fare per iscrivermi all'AIPA ?	42

A - FARMACI ANTICOAGULANTI

A 1. Cosa sono i farmaci anticoagulanti orali?

Sono farmaci che rallentano la normale velocità di coagulazione del sangue. Si chiamano orali perché vengono presi per bocca. Esistono anche anticoagulanti non orali, come ad esempio le eparine, che vengono presi per iniezione.

A 2. Cosa è la coagulazione del sangue?

Normalmente all'interno del nostro corpo il sangue è liquido. In alcune situazioni, come ad esempio nelle ferite, il sangue si trasforma da liquido a solido per chiudere meglio la ferita e impedire l'emorragia. Questa trasformazione da liquido a solido del sangue si chiama coagulazione: essa è causata da alcune sostanze presenti nel sangue che si chiamano "Fattori della Coagulazione".

A 3. Perché è utile prendere gli anticoagulanti?

In alcune malattie il sangue tende a coagulare troppo, e a trasformarsi da liquido a solido anche all'interno del corpo. Questo fenomeno si chiama trombosi. I farmaci anticoagulanti servono ad impedire le trombosi.

A 4. Quali sono i farmaci anticoagulanti orali?

In Italia esistono due farmaci anticoagulanti orali:

COUMADIN, principio attivo: warfarin, compresse da 5 milligrammi.

SINTROM, principio attivo: acenocumarolo, compresse da 1 e da 4 milligrammi.

Vi sono alcune piccole differenze fra i due farmaci, ma per scopi pratici possiamo dire che nella maggior parte dei casi sono uguali.

Attenzione per chi prende il Sintrom: esistono due tipi di compresse, quelle da 1 e quelle da 4 milligrammi. Quando acquista una nuova scatola di farmaco controlla sempre che sia del dosaggio giusto per lei.

A 5. Cosa c'entra la vitamina K?

La vitamina K è necessaria al fegato per fabbricare alcuni fattori della coagulazione. Il nostro organismo riceve vitamina K da 2 fonti:

- dai cibi (ne sono ricchi alcune verdure ed il fegato degli animali);
- dai microbi "buoni" che abbiamo nell'intestino. Quando si prendono alcuni antibiotici o si hanno alcune infezioni intestinali può succedere che questi microbi buoni vengano uccisi e quindi che la quantità di vitamina K diminuisca.

La vitamina K esiste anche sotto forma di farmaco: Konakion, sia in gocce da prendere per bocca sia in fiale da prendere per iniezione. L'uso di questo farmaco va riservato esclusivamente al Medico. Non prendete per nessun motivo questo farmaco di vostra iniziativa.

A 6. Come funzionano i farmaci anticoagulanti orali?

Il sangue contiene delle sostanze dette Fattori della Coagulazione. Si chiamano così perché sono queste sostanze che trasformano il sangue da liquido a solido. Vengono fabbricati nel fegato. Per la fabbricazione di alcuni di questi fattori il fegato ha bisogno della vitamina K. I farmaci anticoagulanti orali impediscono al fegato di usare la vitamina K, per cui il fegato non riesce più a costruire alcuni Fattori della Coagulazione, quelli detti “vitamina K dipendenti”.

A 7. I farmaci anticoagulanti possono avere effetti indesiderati?

L'effetto più indesiderato è ovviamente costituito dalle emorragie, che possono comparire specialmente quando il tempo di protrombina è molto alto. Per evitare questo problema bisogna seguire le indicazioni del Centro. Altri effetti molto rari possono essere una certa caduta di capelli ed un aggravamento della osteoporosi. Il suo Medico di base la saprà comunque consigliare in merito.

A 8. Come funzionano le eparine (iniezioni sulla pancia)?

Normalmente, quando è necessario diminuire la coagulazione del sangue, vengono usati gli anticoagulanti orali, specialmente per terapie di lunga durata. In alcuni

casi è indicato usare l'eparina, come ad esempio nel trattamento acuto di una trombosi o in sostituzione degli anticoagulanti orali in occasione di interventi chirurgici o di manovre invasive. Le eparine sono anticoagulanti cosiddetti "diretti", cioè quando entrano nel corpo vanno direttamente a bloccare alcuni fattori della coagulazione, rallentandola. Esistono tanti tipi diversi di eparine, ognuno con le sue caratteristiche. La scelta di quale eparina usare viene fatta esclusivamente dal Medico.

A 9. Quando è che devo fare le iniezioni sulla pancia?

Le iniezioni sulla pancia sono il sistema per prendere le eparine. Le eparine si usano nella cura di alcune malattie che possono formare trombosi. Inoltre si usano come sostituzione degli anticoagulanti orali quando vi è pericolo di emorragia ad esempio in certi interventi chirurgici o in certi esami che richiedono sonde all'interno del nostro corpo. La decisione di usare questi farmaci deve essere presa solo dal Medico.

A 10. Per quanto tempo dovrò prendere gli anticoagulanti?

La durata della terapia anticoagulante orale dipende dal motivo per cui si prende il farmaco. Il suo Centro di Sorveglianza avviserà lei ed il suo Medico quando giungerà il momento di sospendere la terapia.

B - TEMPO DI PROTROMBINA E INTERVALLO TERAPEUTICO

B 1. Cosa è il Tempo di Protrombina?

Il “Tempo di Protrombina” è un esame del sangue che serve a misurare la coagulazione. La sua sigla è “PT” dall’inglese “Prothrombin Time”.

B 2. Cosa è l’INR?

L’”INR” è una sigla di una parola in inglese, ed è l’unità di misura del Tempo di Protrombina. Usando l’INR si possono confrontare fra loro i risultati del PT provenienti da laboratori diversi che usano reagenti e strumenti diversi. In passato esistevano anche altre unità di misura per il PT, ad esempio i secondi o la percentuale. Anche adesso alcuni laboratori usano queste unità. Queste unità di misura sono inutili per la terapia anticoagulante orale, e se fa l’esame presso un laboratorio diverso dal nostro chiedi sempre che il risultato sia espresso in INR.

B 3. Quanto deve essere il Tempo di Protrombina?

Nelle persone che non prendono anticoagulanti il PT deve essere da 0.80 a 1.20 INR.

Nelle persone che invece prendono anticoagulanti il PT deve essere più alto. Più il PT è alto e più la coagulazione è rallentata. I valori di INR che vanno mantenuti quando si prendono anticoagulanti si chiamano Intervallo Terapeutico

o, in inglese, Range Terapeutico. L'intervallo terapeutico dipende dalla malattia per la quale si prende il farmaco: spesso è da 2 a 3 INR, in alcune malattie è da 2.5 a 3.5 INR. Vi sono poi casi particolari che possono avere un intervallo diverso.

L'INR non è proporzionale alla dose di farmaco assunta, ma dipende anche da altre variabili: ecco perché chi prende anticoagulanti orali deve periodicamente sottoporsi all'esame della coagulazione.

Attenzione: la maggior parte dei nostri computer usano il punto al posto della virgola, come si usa nel mondo anglosassone. Quando si legge un INR si deve sempre pronunciare la "virgola": per cui ad esempio un INR di 2.57 non si deve leggere "duecentocinquantasette", ma "due virgola cinquantasette", oppure "due punto cinquantasette", oppure "due e cinquantasette".

B 4. Quali sono i valori di Tempo di Protrombina pericolosi?

Sono pericolosi i valori molto alti, ad esempio sopra il 6.00 INR, ed anche molto bassi, ad esempio sotto 1.50 INR.

Attenzione: il Tempo di Protrombina non misura gli effetti delle eparine, per cui è normale che non sia alto quando si prendono le eparine. Non deve quindi preoccuparsi se, mentre sta prendendo una eparina al posto dell'anticoagulante orale, il suo PT si abbassa sotto al 2.00 INR.

B 5. Cosa devo fare se mi viene trovato un valore di PT pericoloso?

Se il valore viene trovato dal Centro, sarà il Centro a darle le istruzioni più opportune. Se il valore viene trovato in altri laboratori, venga al Centro il primo giorno utile o si metta immediatamente in contatto con il suo Medico di Famiglia.

C - ALIMENTAZIONE

C 1. Cosa posso mangiare?

Può mangiare qualsiasi cibo tranne il fegato. Non beva tè verde. Cerchi di mantenere una alimentazione equilibrata e costante, evitando bruschi cambiamenti o introduzioni improvvise di grandi quantità di cibi non abituali. Per quanto riguarda le verdure, si possono mangiare nella quantità desiderata, evitando improvvisi cambiamenti. Eviti il soprappeso. Segua i consigli che le vengono dati dal suo Medico.

C 2. E' vero che sono proibite le verdure a foglia larga?

No. Può mangiare tutti i tipi di verdure che vuole, cercando però di mantenere delle quantità costanti. Eviti improvvise assunzioni di grandi quantità di verdure che fino ad allora non stava mangiando. Se le capita di farlo, venga dopo 3 o 4 giorni a fare un controllo del PT.

Eviti anche di smettere improvvisamente di mangiare verdura. Se le capita di farlo venga dopo 3 o 4 giorni a fare un controllo del PT.

Se queste variazioni alimentari le capitano durante viaggi o vacanze in cui è lontano dal Centro, allora cerchi di farsi fare un controllo del PT e ci mandi per fax allo 0039 (prefisso Italia) 0458122640 il risultato sempre accompagnato dall'ultima nostra scheda di terapia con le crocette di risposta alle domande. Sulla scheda scriva quale

è stato il problema alimentare. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

C 3. Posso bere vino o altri alcolici?

Un bicchiere di vino rosso ai pasti non disturba la terapia anticoagulante orale. Segua comunque i consigli che le vengono dati dal suo Medico, in quanto il vino potrebbe essere proibito per altri motivi. Non beva superalcolici.

C 4. C'è differenza fra verdura cruda e cotta?

La cottura dei cibi non distrugge la vitamina K, perché questa vitamina non risente del calore. Può mangiare verdura sia cruda sia cotta. Cerchi di assumere delle quantità costanti nel tempo. Quando mangia verdura cotta faccia riferimento al volume che essa aveva prima della cottura, e non al volume che essa ha nel piatto dopo la cottura, in quanto con la cottura si ha spesso una notevole riduzione del volume.

D. ALTRI FARMACI

D 1. Che medicine posso prendere per i dolori (mal di testa, dolori muscolari, dolori articolari)?

I farmaci antidolorifici ed antinfiammatori di comune utilizzo interferiscono con la capacità di difendersi dalle emorragie perché inibiscono le piastrine che sono quelle cellule del sangue importanti per la coagulazione. Chi prende terapia anticoagulante orale deve essere particolarmente prudente con questi farmaci, e prenderli solo in caso di necessità e su consiglio del Medico. Alcuni antinfiammatori ed antidolorifici sono più adatti di altri: ad esempio il Paracetamolo (TACHIPIRINA) e l'ibuprofene (BRUFEN). Se possibile bisogna evitare l'aspirina.

D 2. Che medicine posso prendere per la febbre?

Non cerchi a tutti i costi di abbassare la febbre. La febbre può essere utile per la guarigione da alcune malattie come ad esempio l'influenza. Vanno curate solo quelle febbri che possono essere dannose. Segua i consigli del suo Medico. Non prenda farmaci di sua iniziativa. Eviti se possibile l'aspirina. In caso di necessità può prendere la Tachipirina.

D 3. Come devo comportarmi se devo prendere nuovi farmaci?

Prenda solo farmaci prescritti dal suo Medico. Ricordi al Medico di essere in terapia anticoagulante. Non prenda

farmaci di sua iniziativa. Se deve prendere un nuovo farmaco, faccia un controllo del PT dopo 3 giorni dall'inizio.

D 4. Come devo comportarmi se devo smettere un farmaco che prendo abitualmente?

Smetta di prendere un farmaco solo se glielo ordina il suo Medico. Dopo 3 giorni dalla sospensione venga a fare un controllo del PT.

D 5. Posso prendere tisane o altre erbe in erboristeria, ricostituenti, farmaci omeopatici?

Anche le erbe sono farmaci. A volte possono interferire pesantemente con la terapia anticoagulante orale. Anche i farmaci omeopatici potrebbero avere effetti imprevedibili. Non prenda mai nessun farmaco se non è il suo Medico ad ordinarlo. Ricordi al Medico di essere in terapia anticoagulante orale. Dopo 3 giorni dal nuovo farmaco o dalla nuova erba venga a fare un controllo del PT. Eviti tisane o ricostituenti che sono nuovi per lei.

D 6. Posso fare le vaccinazioni (es. per l'influenza)?

La vaccinazione antinfluenzale può avere qualche interferenza con la terapia anticoagulante orale. Comunque se è necessario farla può farla, su consiglio del suo Medico.

E. PRELIEVO DI SANGUE

E 1. Perché devo fare i prelievi di sangue?

Il prelievo di sangue serve per fare l'esame PT, che è necessario per controllare la terapia anticoagulante. Lo scopo di questi controlli è quello di aggiustare periodicamente il dosaggio di farmaco anticoagulante in modo da mantenere il più a lungo possibile il PT all'interno dell'intervallo terapeutico.

E 2. Come devo fare per venire nel vostro ambulatorio a fare il prelievo?

Vi sono due possibilità:

- Pazienti che per il dosaggio del farmaco sono seguiti dal nostro Centro: possono fare il prelievo tutte le mattine dal lunedì al venerdì dalle 7:30 alle 9:00. Dopo circa un'ora dal prelievo i Pazienti avranno un colloquio con il Medico e riceveranno lo schema di terapia.

- Pazienti non seguiti dal nostro Centro: possono fare il prelievo tutte le mattine dal lunedì al venerdì dalle 7.30 alle 10.00. Chi farà il prelievo entro le ore 9.00 potrà ritirare la risposta dal Medico del Centro dopo circa un'ora; tutti potranno ritirare la risposta anche all'apposito ufficio della Maternità il pomeriggio dello stesso giorno del prelievo.

In ogni caso è necessaria l'impegnativa del Medico di Famiglia. Per molte patologie il Medico di Famiglia può far valere l'impegnativa per otto volte.

E 3. Posso fare il prelievo di sangue per il PT in un altro laboratorio?

In generale noi preferiamo che lei faccia il prelievo nel nostro laboratorio. In casi eccezionali è però possibile fare il prelievo presso altri laboratori. Per ricevere la terapia da noi deve poi portarci la risposta scritta o mandarcela per fax allo 0458122640, sempre accompagnata dall'ultima nostra scheda di terapia con le crocette di risposta alle domande. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

E 4. Posso farmi fare il prelievo a domicilio?

Il prelievo a domicilio è possibile tramite la ULSS che in molti distretti sanitari dispone di un apposito servizio. Occorre una dichiarazione del vostro Medico attestante che lei ha bisogno di questa prestazione. Un problema di questo sistema è che i prelievi vengono fatti a giorni fissi, mentre per il controllo della terapia anticoagulante occorre maggiore variabilità dei giorni di prelievo. Un'altra possibilità è quella di usufruire dei numerosi laboratori privati che hanno un apposito servizio. In ogni caso, se vuole la terapia dal nostro Centro, deve farci portare o

spedirci con il fax il risultato della analisi (0458122640), sempre accompagnato dall'ultima nostra scheda di terapia con le crocette di risposta alle domande. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

E 5. Devo essere a digiuno per fare il prelievo per il PT?

Non è necessario un vero e proprio digiuno. Si può bere un caffè o un tè. Noi sconsigliamo di fare una vera e propria colazione. Attenzione: se insieme con il PT lei deve fare anche altri esami allora è necessario il digiuno dalla sera prima.

E 6. Posso prendere le mie medicine la mattina, prima del prelievo?

Se possibile è meglio aspettare dopo il prelievo.

F - TERAPIA E ERRORI NEL PRENDERE IL FARMACO

F 1. Come devo fare per avere da voi la terapia?

Deve solo chiedere a voce di essere seguito da noi. Il Centro le darà un documento per il suo Medico per informarlo e chiederne il consenso. L'assunzione in carico potrebbe in alcuni casi non essere immediata: il centro infatti sta attualmente seguendo quasi mille persone. E' possibile anche che il vostro Medico desideri seguirla personalmente e non dia il consenso. In questo caso il nostro Centro non potrà prenderla in carico, e per la terapia anticoagulante dovrà rivolgersi al suo Medico di Famiglia. Il nostro laboratorio sarà sempre comunque attento ai suoi risultati ed avviserà il suo Medico in caso di risultati pericolosi.

F 2. Posso venire al controllo in anticipo?

Si. Senza preavviso.

F 3. Posso venire al controllo in ritardo?

No. Rispetti il più possibile gli appuntamenti che il Centro le da. In caso di INR stabilmente in range, senza recenti variazioni di dosaggio, e senza alcuna novità rispetto a farmaci o alimentazione, è tollerato in via eccezionale un ritardo di pochissimi giorni.

Il Centro registra i ritardi, per cui in caso di continue inosservanze degli appuntamenti il Centro smetterà di seguirla. Il laboratorio continuerà comunque a darle il risultato del PT in tempi rapidi.

F 4. Come devo comportarmi se non posso essere puntuale all'appuntamento?

Se lei è un paziente stabile, con dose stabile, e senza novità rispetto a farmaci o alimentazione, cerchi di venire il giorno successivo o al massimo entro due giorni.

In tutti gli altri casi se è bloccato a casa deve farsi fare un prelievo a domicilio o tramite il distretto sanitario di appartenenza o tramite un laboratorio privato. Se lei è lontano da Verona deve farsi fare un prelievo presso un laboratorio e poi mandarci il risultato con il fax (0458122640) sempre accompagnato dall'ultima nostra scheda di terapia con le crocette di risposta alle domande. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

F 5. Come devo comportarmi se non posso venire all'appuntamento perché sono malato?

Quando si è malati è più probabile che il PT subisca variazioni anche importanti. Deve farsi fare un prelievo a domicilio e poi mandarci il risultato con il fax (0458122640), o farcelo portare da un'altra persona, sempre accompagnato dall'ultima nostra scheda di terapia con le crocette di risposta alle domande. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

F 6. A che ora del giorno devo prendere il Coumadin o il Sintrom?

Meglio prenderli di pomeriggio. Si trovi un'ora nella quale è per lei più facile ricordare di prendere il farmaco. Non è importante prenderlo sempre alla stessa ora, si può anche cambiare ora da giorno a giorno, ma sempre di pomeriggio ed entro la mezzanotte.

F 7. Il Coumadin o il Sintrom vanno presi a stomaco pieno o vuoto?

E' lo stesso.

F 8. Come devo fare per evitare errori nel prendere il farmaco?

Rispetti le seguenti regole:

Tenga sempre il farmaco nella sua scatola originale;

Per chi prende Sintrom, controlli sempre che le compresse siano del dosaggio giusto per lei (da 1 o da 4 milligrammi);

Se deve rompere le compresse per prendere le metà o i quarti, lo faccia ogni volta nel momento di prenderle; se dopo aver rotto le compresse le rimangono metà o quarti di compressa, usi questi frammenti il giorno dopo, senza accumularli;

Tenga sempre con lei il foglio calendario che le dà il Centro;

Segni con una crocetta sul foglio calendario ogni volta che prende la dose, e faccia questo nel momento stesso in cui la prende: non si prepari prima il foglio già segnato, e neppure lo segni alla fine del periodo.

F 9. Come devo comportarmi se mi dimentico di prenderlo?

Se se ne accorge prima di mezzanotte, allora prenda la dose di quel giorno. Altrimenti, se se ne accorge il giorno dopo, continui normalmente senza prendere dosi in più. Segni sul foglio calendario la dimenticanza.

F 10. Come devo comportarmi se non sono sicuro di averlo preso?

Si comporti come se l'avesse preso, non prenda più nessuna dose per quel giorno. Segni un punto di domanda sul foglio calendario.

F 11. Come devo comportarmi se per errore ho preso dose doppia?

Lo segni sul calendario, prosegua normalmente, dopo 3 o 4 giorni venga a fare un controllo del PT.

F 12. Come devo comportarmi se per errore ho preso dose sbagliata?

Se ha preso meno di quanto previsto, ed è sicuro di questo, può entro la mezzanotte prendere la dose mancante. Se ha preso di più di quanto previsto, non faccia nulla, prosegua normalmente nei giorni successivi, segni l'errore sul foglio calendario e faccia un controllo del PT dopo 3 giorni.

Se non è sicuro di quello che è successo, non faccia nulla, segni un punto di domanda sul calendario e faccia un controllo del PT dopo 3 o 4 giorni.

F 13. Come devo comportarmi se dopo aver preso il farmaco ho vomitato?

Non prenda più nessuna dose del farmaco per quel giorno, segni il fatto sul foglio calendario, faccia un controllo del PT dopo 3 o 4 giorni.

F 14. Come devo comportarmi se perdo lo schema della terapia?

Ne chiedi immediatamente un altro al Centro. Non deve mai restare senza il foglio della terapia.

F 15. Perché devo sempre rispondere alle domande in fondo allo schema?

Queste risposte alle domande sono molto utili ai Medici per prepararvi una buona terapia. Deve sempre rispondere con una crocetta. Il momento migliore per farlo è in sala di attesa, mentre aspetta il nuovo schema. Se pensa di non ricordare i nomi degli altri farmaci che ha cambiato, porti le scatole con sé e le mostri al Medico del Centro.

Il Centro registra tutte le volte che lei non risponde alle domande e, in caso di continue inadempienze, smette di darle la terapia. In questo caso il laboratorio continuerà a darle il risultato del PT in modo veloce, e per la terapia dovrà rivolgersi al suo Medico.

G - INTERVENTI CHIRURGICI ED ESAMI INVASIVI

G 1. Come devo comportarmi se devo fare una endoscopia digestiva (gastrosopia, colonscopia)?

Avvisi il Centro con un anticipo di almeno 10 giorni. Il Centro le preparerà un apposito schema terapeutico.

G 2. Come devo comportarmi se devo fare una biopsia?

Avvisi il Centro con un anticipo di almeno 10 giorni. Il Centro le preparerà un apposito schema terapeutico.

G 3. Come devo comportarmi se devo fare un intervento chirurgico?

Avvisi il Centro con un anticipo di almeno 10 giorni. Il Centro le preparerà un apposito schema terapeutico.

G 4. Come devo comportarmi se devo andare dal Dentista?

Avvisi il Centro con un anticipo di almeno 10 giorni. Il Centro le preparerà un apposito schema terapeutico. Normalmente, per cure dentarie senza estrazioni e per estrazioni semplici, non c'è bisogno di sospendere l'anticoagulante, e basta controllare il PT il giorno prima del dentista. In caso di estrazioni complesse o altre manovre, a giudizio dell'Odontoiatra, si sospenderà l'anticoagulante e si userà per qualche giorno una eparina.

In questo caso avvisi il Centro con un anticipo di almeno 10 giorni. Il Centro le preparerà un apposito schema terapeutico.

H - MALATTIE E RICOVERI

H 1. Come devo comportarmi se sono ammalato e sono bloccato in casa?

Durante un periodo di malattia si possono verificare sbalzi anche importanti del PT, a causa della malattia stessa, dei farmaci prescritti, del cambiamento della alimentazione. E' quindi particolarmente importante controllare il PT: se non riesce a venire al centro deve farsi fare un prelievo a domicilio e mandarci poi per fax (0458122640) o farci portare la risposta accompagnata dall'ultimo schema di terapia con le risposte alle domande. Il Centro le darà la terapia per fax o tramite la persona che lei ci ha mandato. Ricordi che i fax che pervengono dopo le ore 10.30 saranno visti dal Medico del Centro il giorno successivo. Quindi per quel giorno prenda la dose corrispondente allo stesso giorno della settimana precedente. Eviti se possibile di mandarci il fax dopo le 10.30 del venerdì per non dover aspettare la terapia fino al lunedì successivo.

H 2. Come devo comportarmi se ho diarrea?

La diarrea può causare importanti sbalzi del PT. Deve fare un controllo del PT entro 2 giorni.

H 3. Come devo comportarmi se vengo ricoverato?

Al momento del ricovero faccia sempre vedere lo schema calendario che le è stato dato del Centro. Segua poi le

istruzioni che le daranno i Medici del reparto nel quale è stato ricoverato.

H 4. Come devo comportarmi in caso di ferite importanti?

Deve recarsi immediatamente al Pronto Soccorso. Se possibile, porti con se l'ultimo schema di terapia.

H 5. Come devo comportarmi se devo andare al Pronto Soccorso?

Se possibile, porti con se lo schema di terapia.

H 6. Come devo comportarmi se ho una fibrillazione atriale e devo fare la cardioversione?

Avvisi sempre il Centro se è programmata una cardioversione, e mostri al Centro le carte scritte dal Cardiologo. Il Centro le preparerà nel modo migliore e la avviserà quando sarà pronto per la cardioversione.

Dopo la cardioversione, in occasione del primo PT di controllo, avvisi sempre il Centro della avvenuta cardioversione e porti sempre con se le carte scritte dal Cardiologo.

H 7. Come devo comportarmi quando faccio altre analisi, raggi, elettrocardiogrammi, visite mediche, eccetera?

Quando si sottopone a visite presso altri Medici, mostri sempre il nostro schema di terapia. Se fa altri esami o visite mediche di qualsiasi tipo, in occasione del controllo del PT successivo porti sempre una fotocopia della risposta o della relazione del Medico.

I - EMORRAGIE

I 1. Come devo comportarmi se ho una emorragia?

Dipende dal tipo e gravità della emorragia. Per emorragie lievi che cessano da sole deve segnare sullo schema rispondendo “sì” alla apposita domanda, e deve venire a fare un controllo del PT appena possibile. Per emorragie gravi deve andare al pronto soccorso portando il nostro schema di terapia.

I 2. Come devo comportarmi se ho sangue dal naso?

Dipende dalla gravità del sanguinamento. In caso di emorragie che durano pochi minuti e che si arrestano da sole prosegua normalmente la terapia anticoagulante e venga a fare un controllo del PT in ambulatorio il primo giorno utile. Per emorragie più gravi e persistenti si rechi al Pronto Soccorso portando con sé l'ultimo schema terapeutico.

I 3. Come devo comportarmi se vedo che mi compaiono macchie scure sulla pelle?

Queste macchie potrebbero essere “ecchimosi”, cioè piccoli sanguinamenti. Generalmente non sono pericolose. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 4. Come devo comportarmi se mi compaiono molti puntini neri sulla pelle, grandi come capocchie di spillo?

Questi puntini potrebbero essere “petecchie”, cioè piccoli sanguinamenti. Generalmente non sono pericolose. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 5. Come devo comportarmi se mi compaiono ematomi?

Sono grosse macchie scure sulla pelle che possono comparire non solo dopo un trauma o una iniezione intramuscolare, ma anche spontaneamente. Generalmente non sono pericolosi. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 6. Come devo comportarmi se mi compaiono le urine rosate o rosse ?

Questo fenomeno potrebbe essere dovuto ad un sanguinamento nelle vie urinarie. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 7. Come devo comportarmi se mi compaiono feci nere come la pece?

Questo fenomeno potrebbe essere dovuto ad un sanguinamento intestinale. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 8. Come devo comportarmi se mi compare sanguinamento dalle gengive?

Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 9. Come devo comportarmi se al mattino vedo che il cuscino ha macchie di sangue?

Questo fenomeno potrebbe essere dovuto ad un sanguinamento gengivale. Lo scriva sullo schema di terapia e venga a fare un controllo del PT entro 2 o 3 giorni.

I 10. I piccoli ematomi che compaiono sulla pancia in seguito alle iniezioni di eparina sono pericolosi?

Generalmente no. Se però le compaiono vere e proprie ulcere sulla pelle, e la pelle diventa secca e si stacca, deve immediatamente recarsi al Centro per un controllo.

I 11. Come devo comportarmi se ho ripetuti episodi di trombosi?

Se si ripetono gli episodi di trombosi occorre un attento esame di tutta la sua situazione. Il Medico del Centro le saprà indicare gli esami e gli approfondimenti più idonei.

L - VIAGGI, VACANZE

L 1. Come devo comportarmi se devo fare un viaggio?

Avvisi il Centro con anticipo almeno di 10 giorni. Scriva sul foglio di terapia dove va e per quanto tempo. Il Centro le saprà dare le istruzioni necessarie.

L 2. Come devo comportarmi se devo prendere l'aereo?

In generale non vi è nessun problema. Solo per alcuni casi speciali occorre qualche precauzione. Avvisi il Centro, che le saprà dare le istruzioni necessarie.

L 3. Posso andare in montagna, e a che altitudine?

In generale, per quanto riguarda la terapia anticoagulante, non vi è nessun problema. L'altitudine che lei può raggiungere e la durata di permanenza dipendono dalle sue condizioni generali di salute. Deve consigliarsi con il suo Medico di Famiglia o con il suo Cardiologo.

L 4. Posso andare al mare e prendere il sole?

In generale, per quanto riguarda la terapia anticoagulante, non vi è nessun problema. Deve comunque consigliarsi con il suo Medico di Famiglia o con il suo Cardiologo.

M - ALTRI PROBLEMI

M 1. Come devo comportarmi in caso di gravidanza?

Bisogna immediatamente sospendere la terapia anticoagulante orale, e sostituirla con eparina. Se sospetta di essere in gravidanza, sospenda immediatamente la Terapia Anticoagulante orale e si rechi subito al Centro che le darà le istruzioni necessarie.

M 2. La terapia anticoagulante può influenzare le mestruazioni?

In alcuni casi potrebbe aumentare quantità e durata delle mestruazioni. Nel caso le mestruazioni fossero di quantità o di durata esagerate rispetto al suo solito, o se comparissero sanguinamenti anche al di fuori del ciclo mestruale, si rechi al Centro per fare un controllo del PT.

M 3. Come devo comportarmi se qualche altro medico (di famiglia, specialista, eccetera) mi cambia le dosi di anticoagulante che voi mi avete dato?

A tutti i Medici che la visitano deve mostrare il nostro schema di terapia. Se il Medico giudica che vi sia una situazione di emergenza allora segua le sue istruzioni, dicendogli che i nuovi dosaggi vengano scritti. Se non si tratta di emergenza, allora continui con il nostro schema e venga a fare un controllo del PT. Si ricordi che le modifiche

ingiustificate del nostro schema terapeutico possono essere causa di cessazione del rapporto con il Centro.

M 4. Posso fare attività fisica, e quanto?

La terapia anticoagulante orale non impedisce la attività fisica e lo sport, tranne che per attività ad elevato rischio di traumi. Deve comunque assolutamente consultarsi con il suo Medico.

N - AMBULATORIO PRELIEVI E AMBULATORIO TAO

N 1. Come devo comportarmi se faccio il prelievo di sangue dopo le ore 9?

In questo caso il Centro non può consegnarle la terapia entro un'ora dal prelievo. Deve lasciare all'infermiera che le fa il prelievo lo schema di terapia scaduto completo di risposte alle domande. Dalle due del pomeriggio la terapia è disponibile presso lo sportello di ritiro referti alla Maternità. In quell'ufficio lei dispone di uno sportello riservato, il numero 7.

N 2. Come devo comportarmi in sala di attesa mentre aspetto la risposta e la terapia?

La sua attesa durerà circa un'ora. Lei è pregato di rimanere seduto e parlare sottovoce. Il Medico delle Terapie non lascerà l'ambulatorio senza aver parlato con tutti i presenti.

N 3. Come devo comportarmi se voglio ricevere la terapia per fax?

Al momento del prelievo deve consegnare al personale lo schema di terapia scaduto, completo di risposte alle domande e di numero di fax al quale vuole ricevere il nuovo schema. Se non risponde alle domande non potrà ricevere il fax. In questi casi il Centro predisporrà uno schema di terapia per un tempo breve e lo invierà all'ufficio

per il ritiro del referti alla Maternità. Ricordi che il Centro registra le anomalie e può decidere di sospendere il monitoraggio. Ricordi che il Centro non è tenuto a farle il fax, ed in casi speciali può decidere di non farlo se ritiene necessari approfondimenti o colloquio diretto. In questi casi il Centro le potrà telefonare direttamente per chiarimenti. Si prega vivamente di tenere l'apparecchio fax in ordine e pronto a ricevere già al primo tentativo.

N 4. Posso venire in laboratorio al terzo piano dopo le ore 10 per ritirare la terapia?

Deve evitarlo, perché questo comportamento reca intralcio al Laboratorio. Eviti di cercare il Medico della terapia, che in quel momento è già impegnato in altre attività. Se non era presente durante il normale orario di Ambulatorio TAO allora ritiri la terapia all'Ufficio Ritiro Referti alla Maternità a partire dalle ore 14 del giorno del prelievo. In quell'ufficio lei dispone di uno sportello riservato, il numero 7.

N 5. Come devo fare se ho bisogno di parlare con un Medico del Centro?

Dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.30 in ambulatorio delle terapie c'è il Medico che, terminata la consegna dei referti, è disponibile al colloquio. Attenda quindi con tranquillità di essere chiamato. Al di fuori di questi orari

deve rivolgersi al suo Medico di Famiglia o, in casi di emergenza, deve recarsi al Pronto Soccorso.

O - ASSOCIAZIONE ITALIANA PAZIENTI ANTICOAGULATI

O 1. Che cosa è l'AIPA (Associazione Italiana Pazienti Anticoagulati)?

E' la sua associazione dei Pazienti in terapia anticoagulante, che tutela i suoi interessi e cerca di migliorare l'assistenza sanitaria.

O 2. Come devo fare per iscrivermi all'AIPA?

Presso l'ambulatorio per la terapia anticoagulante vi è tutte le mattine un volontario dell'AIPA al quale può chiedere le informazioni.

Redatto da

CENTRO FCSSA 186, VERONA

Maggio 2009

Referente: Dr. Roberto Facchinetti