

## 什么是华法林/Coumadin<sup>®</sup>?

华法林，又称 Coumadin<sup>®</sup>，有助于防止血栓的形成。血栓会堵塞血管，切断身体某个部位的血液供应。血栓在极少数的情况下会破裂成碎片并随血液流动，最终停留在心脏部位（引发心脏病）、肺部（引发肺栓塞）或脑部（引发中风）。

**药品外观不同：华法林/Coumadin<sup>®</sup> 药片（上排）和普通华法林（下排）。**

粉红色    淡紫色    绿色    棕褐色    蓝色    桃红色    蓝绿色    黄色    白色  
1 mg    2 mg    2.5 mg    3 mg    4 mg    5 mg    6 mg    7.5 mg    10 mg



## 作为患者，我有哪些责任？

- 按规定服用华法林/Coumadin<sup>®</sup>，并按期赴诊 INR。您必须定期检查您的国际标准化比率 (International Normalized Ratio, INR) 水平，当您超出目标范围，则必须每周检测。
- 定期随访初级保健医生。
- 告知您的牙医和其他医生您正在服用华法林/Coumadin<sup>®</sup>。
- 定期与您的抗凝治疗提供者沟通，以使您的 INR 保持在安全水平。
- **实验室检测：**您需要定期抽血来测量您的 INR。您的 INR 可以显示您的血液凝结速度。您的抗凝治疗提供者将根据您的 INR 结果调整您的华法林/Coumadin<sup>®</sup> 剂量。

MAQI2 (Michigan Anticoagulation Quality Improvement Initiative)  
Warfarin/Coumadin<sup>®</sup>

如果您的 INR 高于目标范围，则您的出血风险就更大。如果您的 INR 低于目标范围，则您形成血栓的风险就更大。

## 用药剂量的说明有哪些？

如何服用规定剂量的华法林/Coumadin®：

- 每天在同一时间（通常在晚上）服用华法林/Coumadin® 至关重要。
- 华法林/Coumadin® 可与食物一起服用，亦可单独服用。
- 华法林/Coumadin® 也可以与其他大多数药物同时服用。
- 使用药盒来帮助记录您的剂量。尽量不要漏服华法林/Coumadin®。
- 如果您忘记服用药物，在距离下次服药 12 小时或更长时间的情况下，您可以补服药物。如果距离下次服药不足 12 小时，请忽略漏服的药物，并继续按时服用华法林。请勿双倍服用药物！

请务必在您的日历上标明漏服的剂量，并记得告知您的抗凝治疗提供者。

## 华法林/Coumadin® 与其他哪些药物会产生相互作用？

华法林/Coumadin® 与许多其他药物（处方药、非处方药、草药制品、维生素和膳食补品）有相互作用。当您开始或停止服用这些药物时，请务必致电您的抗凝治疗提供者。

## 在服用华法林/Coumadin® 期间，我是否需要调整饮食？

您应该在服用华法林/Coumadin® 期间保持正常、健康的饮食。一致性的饮食习惯很重要。

- **维生素 K：** 维生素 K 存在于许多食物中，尤其是深色的绿叶蔬菜。您不应该抗拒食用这些食物，只需保持一致性的饮食并摄入相同量的维生素 K 即可。（如果维生素 K 的摄入量比平时多，可能导致 INR 偏低；而维生素 K 的摄入量比平时少，则可能导致 INR 偏高。）

MAQI2 (Michigan Anticoagulation Quality Improvement Initiative)  
Warfarin/Coumadin®

- 2 -

- **酒精类饮品：**过量饮酒会升高您的 INR，并使您面临出血的风险。如果您仍想饮酒，每天不要超过 1-2 杯。

在您对饮食进行重大改变之前；在开始服用营养品或膳食补品（如 Boost® 或 Slimfast® 或 Ensure®）之前；如果您数天不能进食；或如果您持续腹泻或呕吐超过 24 小时，请告知您的抗凝治疗提供者。

## **我应该避免进行什么活动？**

由于华法林/Coumadin® 会增加您的出血风险，因此应该避免进行有受伤风险的活动。散步、慢跑、游泳、园艺等体育活动通常是安全的，可以继续。如果您的活动量发生重大变化，请告知您的抗凝治疗医师，因为这可能会影响您的 INR。

## **如果我在服用此药期间生病了该怎么办？**

急性疾病会改变您身体对华法林/Coumadin® 的反应。心力衰竭、肝病、发热、流感、感染、恶心、呕吐或腹泻的发作均可能导致 INR 的升高。如果您出现上述情况，请首先联系您的医生，然后告知您的抗凝治疗提供者，以便他们能更好地管理您的华法林。在您开始服用任何抗生素之前或之后不久，请联系他们。

## **怀孕期间会有哪些风险？**

华法林/Coumadin® 可以导致先天缺陷。在怀孕的前三个月（3 个月），您不能再服用华法林/Coumadin®。怀孕后期是否可以服用华法林/Coumadin®，由医生决定。如果您认为自己在服用华法林/Coumadin® 的期间受孕，请立即联系您的医生和抗凝治疗服务处。

## **我应该注意什么？**

在服用华法林/Coumadin® 期间，注意出血或凝血的体征相当重要。

MAQI2 (Michigan Anticoagulation Quality Improvement Initiative)  
Warfarin/Coumadin®

**如果出现以下情况，请告知您的抗凝治疗提供者：**

- 因急诊就医后出现的任何出血现象。
- 任何漏服的华法林/Coumadin® 剂量。
- 服用新的或停用药物，如抗生素或类固醇等。
- 食欲不佳或生病（腹泻、呕吐）超过 24 小时。
- 饮酒量增加（24 小时内比平时多饮 2 杯或 2 杯以上）。
- 安排好的手术或外科手术计划。
- 维生素 K 食物的摄入量每周增加或减少 2-3 份。
- 开始或停止食用膳食补品。
- 活动水平显著变化。
- 变更抽血地点。
- 需要补购华法林/Coumadin®。
- 变更联系信息。

**如果您出现以下任何严重情况，请拨打 911 或前往急诊室：**

#### **严重出血**

- 大便带血（呈红色或如沥青一样）
- 尿中带血（呈红色或棕色）
- 咳血或吐血
- 鼻子或牙龈流血不止
- 伤口出血不止
- 经期出血量过多
- 大面积瘀伤

#### **严重摔伤，或者撞到头**

#### **有中风的体征及症状**

- 头晕、视觉发生变化或严重头痛

MAQI2 (Michigan Anticoagulation Quality Improvement Initiative)  
Warfarin/Coumadin®

- 肢体麻木或无力
- 口齿不清或说话困难

### 有血栓的体征和症状

- 呼吸短促
- 胸痛
- 肢体泛红、肿胀、发热或疼痛

### 其他严重症状或变化

**与您的抗凝治疗服务处进行有效的沟通，有助于预防严重的不良事件的发生！**

免责声明：此文件包含 Michigan Medicine 针对亦有您病况的典型患者而撰写的信息和/或说明材料。其中可能包括线上内容的链接，该内容非 Michigan Medicine 编辑，Michigan Medicine 亦不承担相应责任。鉴于您的病况可能与典型患者的病况有所不同，所以其中的内容不能替代您的医疗保健提供者给您的医疗建议。如果您对此文件、您的病况或治疗方案有任何疑问，请咨询您的医疗保健提供者。与《密西根医学部临床护理指南》(Michigan Medicine Clinical Care Guideline) 关联的《患者教育讲义》(Patient Education Handout)。

作者：Elizabeth Renner, PharmD  
审稿员：Nghi Ha, PharmD 和 Erin Moulard, PharmD

[Michigan Medicine](#) 的患者教育已获 [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International Public License](#) 许可。最后修订日期：2018 年 2 月

MAQI2 (Michigan Anticoagulation Quality Improvement Initiative)  
Warfarin/Coumadin®

- 5 -