

什么是华法灵 (WARFARIN)?

- * 华法灵是一种抗凝血药物,也被称为薄血剂。
- * 华法灵用于**抑制**血块的形成,以及防止已形成的血块继续扩大。
- * 但华法灵并不能化解已形成的血液凝块, 这些血块须由身体自然化解。
- * 华法灵药片的剂量分为三种, 各别剂量的颜色如下:

剂量 (毫克)	颜色
1	棕色
3	蓝色
5	粉红色

- * 我院所使用的华法灵商标是**Marevan®**。
- * 切勿随意更换商标, 因为不同商标的华法灵可能有不一样的疗效。

为什么要服食华法灵?

- * 医生要您服食此药是基于以下其中的病况:

<input type="checkbox"/>	静脉、动脉、肺部或心脏内血液结块
<input type="checkbox"/>	心律失常
<input type="checkbox"/>	心脏瓣膜移植或维修
<input type="checkbox"/>	中风, 或
<input type="checkbox"/>	其他: _____

- * 华法灵减低血液的凝固力, 预防血栓栓塞性疾病所造成的并发症。
- * 治疗期因病况而异, 有些需要三到六个月, 有些需要长久治疗。

如何服用华法灵?

- * 华法灵可以饭前或饭后服食。
- * 请每天按时在**同一时间**服用华法灵, 每天一次。
- * 除非是您的医生或药剂师的吩咐, 不然**切勿**忘记吃药, 加倍服用或自行更改剂量。

忘了服食华法灵该怎么办?

- * 尽快在平时服用此药的**八小时内**服用。
- * 如果已经超过八小时, 当天不可再服食。
- * 请待隔天同样的时间照常吃药。
- * 除非您的医生有指示, 否则**切勿**次日加倍服用。因为服用过量的华法灵可导致血液过薄, 增加异常出血的风险。
- * 请把忘了服食的剂量和日期**记录下来**, 以待下回复诊时告诉您的医生。

开始服用华法灵该注意的事项

- * 开始服用华法灵时, 您将得到一本记录您的验血报告和**华法灵剂量的小册子**。
- * 请记得每次来抗凝血门诊复诊时都携带这本小册子。
- * 您所需的华法灵剂量是根据**国际标准凝血时间比值 (INR)**来调整。INR 则是测量此药的疗效与流血的风险的指标。
- * 您的理想 INR 范围介于: _____
- * 为了调整最适合您的华法灵药量, 您必须经常抽血检验 INR。
- * 您的药物剂量将依据您的 INR 指数而更改。请向您的医生或药剂师确认您最新的剂量与药片的颜色。
- * 若您的病情, 药物或生活方式有任何改变, 或若您有住院治疗, 请务必在下回复诊时通知您的医生或药剂师。
- * 如向其他医生、牙医或药剂师问诊时, 请务必告知他们您正在服用华法灵。

服食华法灵时, 须要禁食某些食物或药物吗?

- * 华法灵的疗效有赖于您体内所储存的维他命 K。一般维他命 K 是从食物中所摄取的。
- * 服用华法灵时, 请维持**均衡的饮食习惯**, 确保**固定**和**适度**的进食含有维他命 K 的食物。
- * 在未征询您的医生或药剂师之前, 请**避免**大幅度地**改变**您的饮食习惯 (例如: 转为素食者)。
- * 请**避免**过量饮酒。一个星期内不可喝超过五罐啤酒或一瓶红酒或白酒。
- * 请**避免**服食任何传统药物, 草药以及非处方补品 (例如: 银杏片、大蒜片、冬虫草及人参), 因为很难预测这些药物对华法灵疗效的影响。
- * 如将开始或停止服用任何药物, 请**征询**医生或药剂师的意见。因为有些药物, 例如止痛药、抗生素及荷尔蒙药物, 可能对华法灵的疗效有所影响。

服食华法灵时有那些副作用?

- * 服食华法灵时可能出现的副作用如:-
 - 在未受伤的情况下, 出现流鼻血的症状
 - 刷牙时, 牙龈出血
 - 割伤后, 用加压 10-15 分钟后仍无法止血
行动方案: 如血流 15 分钟后仍无法止血或您觉得不舒服, 请与您的医生征询
 - 女性经血过量
行动方案: 服用华法灵时, 女性经血将会比往常较多。如您觉得不舒服, 请与您的医生征询
- * 服用过量华法灵时所导致的**严重**副作用包括:
 - 尿液有血或呈深暗、污浊颜色
 - 粪便呈黑黏状 (没有服食铁片素)
 - 咳嗽时咯血或呕吐出类似咖啡渣的色物
 - 在未受伤的情况下, 皮肤出现大片的淤伤
 - 突然严重头痛和呕吐或神智不清

行动方案：如有以上症状或您觉得不舒服，请即刻通知您的医生或马上到医院的紧急部门寻求医治。

服食华法灵时须要知道的事项：

- * 若您有几天无法进食或身体不适(例如：**发烧、呕吐、腹泻或感染**)，请即刻通知您的医生。
- * 请避免进行肌肉注射因为这可能导致肌肉内部出现血肿。
- * 储备足够的华法灵存量，尤其在您度假旅游的时候。
- * 妊娠期间不应服用华法灵。若认为自己已怀孕或可能会怀孕，请立即向医生说明。

您的日常生活习惯须要做什么调整吗？

- * 您的日常生活习惯不需要做任何调整，保持规律的生活和维持均衡的饮食习惯。
- * 但是当您使用剃刀或其它尖锐物体时，需要加倍小心。
- * 尽量**避免**任何有可能导致您受伤或流血的运动或活动。

您应该如何保存药物？

- * 把药物存放在儿童拿不到的地方。
- * 室温即可，避免阳光直接照射。

若您有任何疑问，请联络以下的药房，

电话：_____

Updated on 26 May 2015

维他命 K 含量 高量 的食物	
饮料	 <p>Chrysanthemum Tea Green Tea Herbal Tea</p>
蔬菜类	 <p>Broccoli Brussels Sprouts Kai Lan Mustard Green (Chye Sim) Parsley Pea Shoots (Dou Miao) Spinach Turnip Greens Watercress</p>
豆类	 <p>Soya Product(s)</p>
维他命 K 含量 中等 的食物	
油 / 酱类	 <p>Canola oil Olive Margarine oil Mayonnaise Salad dressing Spaghetti sauce</p>
其他食类	 <p>Cowpeas Kidney beans Lentils Pinto beans</p>
蔬菜类	 <p>Asparagus Cabbage Celery Leeks Lettuce Okra</p>
维他命 K 含量 低量 的食物	
蔬菜类	 <p>Carrot Cauliflower Corn Cucumber Mushroom Onion Peas Pickles Potato Pumpkin Tomato Turnip Sweet potato Snap pea Snow pea</p>
水果类	 <p>Apple Apricot Banana Grapes Orange Peach Pears Plum Strawberry Watermelon</p>
油 / 酱类	 <p>Corn Oil Peanut Oil Sesame oil Sunflower oil</p>

病人须知

华法灵

(Warfarin)

新加坡中央医院药剂部门
新加坡国家心脏中心药剂部门



Singapore
General Hospital
SingHealth



National Heart
Centre Singapore
SingHealth