



## การดูแลตัวเองของผู้ป่วยโรคหัวใจที่ได้รับยาแวการ์ฟาริน (warfarin)

พญ.ชนิษฐา ลายลักษณ์ดำรง  
พญ.สุธาสนี ธรรมอารี

ยาแวการ์ฟาริน(Warfarin) เป็นยาต้านการแข็งตัวของเลือด ทำให้เลือดแข็งตัวช้าลง ซึ่งผู้ป่วยโรคหัวใจหลายชนิด เช่น ผู้ที่มีภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ จะได้รับยาแวการ์ฟารินเพื่อป้องกันการเกิดลิ่มเลือดซึ่งอาจทำให้เกิดการอุดตันในระบบไหลเวียนของเลือดในร่างกาย เช่น โรคหลอดเลือดสมองอุดตัน โรคหลอดเลือดส่วนปลายอุดตัน ผู้ที่ได้รับการผ่าตัดใส่ลิ้นหัวใจเทียม จะได้รับยาแวการ์ฟารินเพื่อป้องกันลิ่มเลือดอุดตันลิ้นหัวใจเทียม ทำให้ลิ้นหัวใจเทียม ไม่สามารถปิดเปิดได้ นอกจากนี้ผู้ที่มีลิ่มเลือดตกค้างในช่องหัวใจจะได้รับยาแวการ์ฟารินเพื่อป้องกันการเกิดลิ่มเลือดเพิ่มขึ้น

### ข้อปฏิบัติในการรับประทานยาแวการ์ฟาริน

1. ต้องรับประทานยาอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ไม่เพิ่ม ลด หรือหยุดยาเอง
2. รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ และควบคุมปริมาณอาหารชนิดพืช ผักใบเขียวที่รับประทานให้สม่ำเสมอ ไม่ควรรับประทานอาหารอย่างใดอย่างหนึ่งมากเกินไป
3. หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ทำให้ระดับยาแวการ์ฟารินในเลือดเปลี่ยนแปลงได้ เช่น การดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ การรับประทานอาหารเสริม หรือสมุนไพรชนิดต่าง ๆ
4. หลีกเลี่ยงกีฬาหรือกิจกรรมที่มีโอกาสเกิดอุบัติเหตุเลือดออกง่าย ควรใช้แปรงสีฟันที่อ่อนนุ่ม ควรใช้แผ่นกันลื่นบริเวณห้องน้ำ เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ
5. ในกรณีที่เกิดอุบัติเหตุหรือเกิดบาดแผลเลือดออกไม่หยุด หากบาดแผลมีขนาดเล็กและไม่ลึกวิธีแก้ไข คือ ใช้มือสะอาดกดไว้ให้แน่นตรงบาดแผล เลือดจะหยุดหรือออกน้อยลง หากเลือดยังไม่หยุดไหล ให้รีบไปโรงพยาบาลทันที และแจ้งให้แพทย์หรือพยาบาลทราบว่าจะรับประทานยาแวการ์ฟารินอยู่
6. หากต้องทำหัตถการทางการแพทย์ เช่น ทำฟัน หรือผ่าตัด ต้องบอกให้ทันตแพทย์ หรือแพทย์ผู้รักษาทราบว่ากำลังรับประทานยาแวการ์ฟารินโดยเฉพาะในกรณีที่จะต้องทำการผ่าตัด ถอนฟัน หรือต้องรับประทานยาอย่างอื่นเพิ่ม เนื่องจากมียาหลายชนิดที่เพิ่มฤทธิ์หรือลดฤทธิ์ของยาแวการ์ฟาริน
7. กรณีเข้ารับบริการรักษาพยาบาลในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลอื่นต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบทุกครั้งและห้ามรับการรักษาโดยการฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ
8. ควรพกสมุดประจำตัวเมื่อได้รับยาแวการ์ฟาริน ติดตัวไว้เพื่อเป็นการดูแลตนเองและแสดงสมุดทุกครั้ง queเข้ารับบริการในโรงพยาบาลหรือสถานบริการทางสุขภาพ เพื่อเป็นการแจ้งให้บุคลากรทีมสุขภาพที่เกี่ยวข้องทราบ
9. หากลิ่มรับประทานยามีข้อปฏิบัติ คือ ห้ามเพิ่มขนาดยาที่รับประทานเป็น 2 เท่าโดยเด็ดขาดและปฏิบัติตามดังต่อไปนี้
  - กรณีลิ่มรับประทานยาและยังไม่ถึง 12 ชั่วโมงให้รับประทานยาทันทีในขนาดเท่าเดิม

- กรณีลืมรับประทานยาและเลย 12 ชั่วโมงไปแล้ว ให้ข้ามยาในมือนั้นไป แล้วรับประทานยามื้อต่อไปในขนาดเท่าเดิม

10. การเก็บรักษา ยา เก็บให้พ้นแสงและความชื้น และเก็บยาให้พ้นมือเด็ก

11. ยานี้มีผลต่อทารกในครรภ์ โดยเฉพาะในระยะ 3 เดือนแรกของการตั้งครรภ์ ดังนั้นหากท่านตั้งครรภ์ หรือ มีโครงการจะมีบุตร ควรปรึกษาแพทย์

12. ยานี้สามารถขับผ่านทางน้ำนมได้ ดังนั้นหญิงให้นมบุตรควร ปรึกษาแพทย์ หรือ เภสัชกร ก่อนใช้ยา

### **การสังเกตอาการผิดปกติ**

สังเกตอาการ หากได้รับยามากเกินไป ได้แก่ เลือดออกตามไรฟัน จ้ำเลือดตามตัว เลือดออกในทางเดินอาหาร เลือดออกทางทวารหนัก อูจจาระมีสีดำ มีเลือดออกที่ช่องคลอด หรือประจำเดือนมาผิดปกติ ปัสสาวะเป็นเลือด ปวดศีรษะมาก แขนขาอ่อนแรง หมดสติ พูดไม่ชัด ซึ่งอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ ถ้ามีอาการดังกล่าวให้หยุดยาที่รับประทานและรีบมาโรงพยาบาล

### **การติดตามผลการรักษา**

1. ผู้ป่วยจะต้องได้รับการเจาะเลือดเพื่อวัดการแข็งตัวของเลือด และให้แพทย์ได้ปรับยาให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย

2. หลังจากออกจากโรงพยาบาล 2 สัปดาห์ ผู้ป่วยจะต้องมาตรวจตามนัดเพื่อติดตามผลการรักษาและปรับระดับยา

3. เมื่อระดับยาคงที่แล้ว ควรเจาะเลือดเพื่อวัดการแข็งตัวของเลือดทุกครั้ง โดย แพทย์จะนัดตรวจทุก 1-3 เดือน

\*\*\*\*\*