

Der Alkohol und eine unregelmäßige Ernährung:

- Verbrauchen nicht mehr als 2 Gläser Alkohol pro Tag.
- Haben eine variierte und regelmäßige Ernährung. **Kein Nahrungsmittel ist verboten.** Sie können insbesondere alles Gemüse essen, das Sie mögen, sobald ihr Verbrauch regelmäßig ist.
- Vermeiden die Grapefruit in großer Quantität und verbrauchen an Distanz der Ergreifung des AVK.

Verschlechterung Ihres allgemeinen Standes:

Diarrhen, ein Erbrechen, ein Fasten vom Fieber können eine wichtige Gewichtsänderung eine Auswirkung auf Ihr INR haben.

Ohne natürlich zu vergessen... das Vergessen einer Ergreifung eine doppelte Ergreifung und ein Dosisfehler, die die Hauptfaktoren der Veränderung des INR sind.

Was bei Schnitt zu machen?

Wenn Sie sich verletzen, können Sie **länger** wegen Ihrer blutgerinnungshemmenden Behandlung bluten. Die erste zu machende Sache besteht darin, **die Wunde zu komprimieren**, indem man eine stellt komprimiert, und indem man oben sehr sehr mit der Hand während 10 Minuten unterstützt. Ver-

längern Sie Sie und bedarf der Hilfen, wenn Sie glauben, daß es notwendig ist.

Denken Sie an...

- Ihren Arzt über jede Änderung Ihres **Stands der Gesundheit** (ungewohnte Ermüdung usw.) oder Ihrer Behandlungen zu informieren;
- Alle Gesundheitsfachleute zu verständigen, die Sie umgeben, daß Sie AVK nehmen (Zahnarzt, Kinesitherapeut, Narkosefacharzt, Krankenschwester usw.);
- Bei ernster klinischer Demonstration der Überdosierung oder der unter-Dosierung **Ihren Arzt oder die Dringlichkeiten zu verhindern (SAMU: 15).**

Wenn Sie zum CREATIF gefolgt werden

Wir rechnen mit Ihnen:

- Ihr INR vor 10 Uhr der mit dem CREATIF
- vereinbarte Tag zu machen den Beschluß des CREATIF benutzen;
- uns zu verhindern, wenn Sie in der Verpflichtung sind, das Datum Ihres nächsten INR zu ändern.

MEMO AVK

*Alles das, was Sie kennen
müssen auf den
AVK-Antikoaguliermitteln,
um Beteiligter
Ihrer Gesundheit zu sein*



creatif.lrb@aphp.fr

Tél. : 01 49 95 63 94 ou 01 49 95 80 78

Hôpital Lariboisière Service de cardiologie
2 rue Ambroise Paré 75010 Paris
<http://creatif-cac.fr>

AVK, was bedeutet das ?

Die AVK sind ein **Anti- k-Vitamin**. Er hat dort Coumadine® Previscan® und Sintrom®. Es sind **Antikoaguliermittel**: sie schützen Sie vor der Bildung eines Klumpens (oder thrombus).

Was ist das INR ?

Das INR (International Normalized Ratio), spiegelt die Geschwindigkeit wider, an der Ihr Blut koaguliert, und also die **Wirksamkeit Ihrer blutgerinnungshemmenden Behandlung**. Er mißt sich durch eine Blutergreifung am Laboratorium oder mit einem Gerät der Eigen-Maßnahme...Sie müssen nicht, nüchtern zu sein.

Unsere Räte für die Ergreifung Ihres AVK

- Respektieren Sie die vom Arzt vorgeschriebenen Dosen und einstellen die Behandlung von selbst nicht.
- Dauern Sie das Arzneimittel in nur einem Mal, vorzugsweise den Abend und an derselben Stunde.
- Bei **Vergessen** können Sie die Dosis nehmen, die **innerhalb von 8 Stunden** nach der üblichen Stunde der Ergreifung vergessen wurde.

Zum Beispiel, wenn Sie gewöhnlich Ihr AVK um 20 Uhr nehmen, haben Sie bei Vergessen bis zu 4 Uhr des Morgens, um es zu nehmen.

Nach 8 Stunden ist es vorzuziehen, die Ergreifung zu springen und die folgende Dosis normalerweise zu nehmen.

Besonders verdoppeln die Dosis nicht !

Mein INR variiert. Ist es normal?

Die ärzte haben Ihnen eine **therapeutische Zone** angegeben, das heißt ein Intervall, in dem Ihr INR ohne Auswirkung auf Ihre Gesundheit variieren kann. Diese therapeutische Zone ist an jedem speziell. Sie können es auf dem nebenstehenden Schema angeben.

Was Ihr INR variieren lassen kann

Die anderen Arzneimittel :

- **Nehmen kein Arzneimittel oder bilden Sahne nicht vorschreibt** (sogar in freiem Verkauf) ohne medizinische Ansicht, denn einige interagieren mit Ihrem Antikoagulans.
- Bei **Antibiotikumvorschrift**: denken Sie, Ihr INR drei Tage nach dem Beginn der Behandlung zu kontrollieren.

ÜBERDOSIS

INR hoch

Blutenrisiko :

Bluten der Nasen, von Zahnfleisch, Blut in der Leertaste der Augen, in den Sätteln oder den Urinen blau spontan usw.

RUFEN SIE IHREN ARZT

Der Arzt kann Ihre Quantität von AVK senken

....

Therapeutische Zone

INR

von.... an....

INR am Gleichgewicht

....

Die avk-Dosis wechselt nicht

Unter-DOSIERUNG

INR unten

Risiko der Bildung eines Klumpens :

schmerzhaftes, rotes und aufgeblasenes Bein, ungewohnte Atemlosigkeit, ungewohntes unerklärtes Unbehagen, ungewohnte Kopfschmerzen, brutales Aufkommen einer Schwäche, einer Paralyse oder einer Betäubung einerseits des Körpers oder des Gesichtes, Verwirrung des Wortes oder der Sicht :

RUFEN SIE 15

Der Arzt kann Ihre Quantität von AVK erhöhen.

INR 1