

# RECOMMANDATIONS DU TRAITEMENT ANTI-COAGULANT AVK

**Vous prenez un anticoagulant, c'est un médicament indispensable qui vous a été prescrit pour un motif que vous devez connaître : prévention ou traitement de phlébite ou d'embolie pulmonaire, troubles du rythme cardiaque, prothèse valvulaire ...**



Le **risque hémorragique** représente la complication majeure de ce traitement, à l'inverse, un dosage trop faible le rend inefficace.

Les effets de ce médicament peuvent être modifiés par l'association à d'autres médicaments et par certains aliments.

Vous devez toujours signaler lors d'une consultation ou d'une hospitalisation que vous prenez un anticoagulant. **Ne prenez jamais d'autres médicaments que votre traitement habituel sans avis médical.**

Le respect de bonnes règles de prise et de surveillance rend la prise de ce médicament beaucoup plus sûre.

## **Connaître les règles de prise**

Prendre le médicament régulièrement de préférence le soir à un horaire régulier. Signaler votre traitement à tout médecin, pharmacien, dentiste, infirmière (une intramusculaire est interdite !!!) Porter sur soi un certificat ou une carte de signalement.

## **Connaître les bonnes règles de la surveillance au laboratoire : INR (International Normalisé Rapport)**



Votre médecin adaptera le nombre de comprimés en fonction du résultat d'une prise de sang qu'il faudra répéter jusqu'à l'équilibre. Une fois le traitement équilibré, les contrôles sanguins doivent être effectués toutes les 2 à 4 semaines selon les cas. **Il n'est pas nécessaire d'être à jeun pour la prise de sang. Idéalement vous vous rendez au laboratoire pour la prise de sang**

C'est le résultat de l'INR qui permet d'adapter la prise du médicament. Chez un sujet non traité l'INR est égal à 1. Sous traitement anticoagulant, l' INR devra se trouver entre 2 et 4,5.

La valeur recherchée dépend du motif de la prescription

- INR recherché entre 2 et 3 (**INR cible = 2,5**)
- INR recherché entre 3 et 4,5 (**INR cible = 3,7**)

Vous devez connaître le numéro de téléphone du laboratoire où sera analysé votre prélèvement.

Récupérer votre résultat le soir même de votre prélèvement vers 18 H afin de le communiquer au médecin qui vous donnera les consignes pour la modification éventuelle de la prise de l'anticoagulant..

Notez vos résultats successifs sur le tableau de suivi de l'INR.



**Votre INR cible est  
2,5**

## **Connaître les signes de SURDOSAGE**

Ils peuvent se traduire par une fatigue inhabituelle, une pâleur, un essoufflement et bien sûr des saignements des gencives, du nez, des ecchymoses, des règles anormalement abondantes, des saignements dans les urines ou dans les selles.

**TOUT SAIGNEMENT INHABITUEL DOIT VOUS FAIRE CONSULTER RAPIDEMENT.**

## **Avoir une alimentation régulière, Connaître les aliments riches en vitamine K**

Votre traitement anticoagulant agit sur l'effet de la vitamine K dans le sang donc, si vous mangez des aliments riches en vitamine K, l'efficacité du traitement diminue.

Sont à **ÉVITER** : choux, chou-fleur, brocolis, épinards.

Sont à **LIMITER** en quantité : foie de veau ou de porc, abats, tomates, carottes, avocats, laitue, haricots verts, asperges, champignons, pêches, fraises, mûres.

AVK\* = Anti Vitamine K

L'absence de compréhension ou la tendance à la mauvaise observance sont des facteurs qui doivent faire remettre en cause un traitement par AVK. Les points importants de l'information sont :

- la nécessité d'une bonne observance (prise régulière tous les jours à la même heure)
- les risques d'un traitement insuffisant ou excessif
- le caractère indispensable de la surveillance biologique, la valeur de l'INR à atteindre
- la nécessité d'une consultation en cas d'hémorragie, même minime ou d'INR élevé
- la nécessité d'un carnet de suivi
- les dangers de l'automédication
- le danger des injections intramusculaires
- la nécessité d'informer tout professionnel de santé du traitement en cours
- la nécessité d'une contraception chez la femme (et d'informer son médecin en cas de désir de grossesse)

Le traitement anticoagulant sera pris au repas du soir. En cas d'oubli de dose, ne pas prendre une double dose le lendemain. C'est le dosage de l'INR qui permet de corriger la dose à prendre le soir même du prélèvement.

## RECOMMANDATIONS DU TRAITEMENT ANTI-COAGULANT AVK

DATE	Posologie Actuelle AVK	Résultat Coag. INR	DÉCISION THÉRAPEUTIQUE ÉVÉNEMENTS*

### Les 7 règles d'or

**7**

- 1 - Respectez la dose prescrite et les heures de prise (ne pas prendre de double dose en cas d'oubli)
- 2 - Faites pratiquer très régulièrement vos examens de laboratoire (INR)
- 3 - Signalez que vous suivez un traitement par AVK à tout professionnel de santé que vous consultez
- 4 - Contactez rapidement votre médecin si vous présentez un saignement
- 5 - Remplissez régulièrement votre carnet
- 6 - Ayez une alimentation équilibrée
- 7 - Demandez l'avis de votre médecin AVANT toute prise de nouveau médicament, injection, extraction dentaire, soin de pédicurie, petite chirurgie, projet de voyage...