

Warfarin (Jantoven®): What You Need To Know

Warfarin (Jantoven®)

Warfarin (Jantoven) is a medicine used to prevent unwanted blood clots from forming. It is a type of medicine known as an anticoagulant (blood thinner). While often called a blood thinner, the blood does not truly get more thin.

Warfarin may be prescribed if you:

- had a stroke caused by a blood clot
- had a blood clot in their legs or lungs
- have heart problems (such as abnormal heart rhythm, heart valve replacement or repair, heart failure or blocked arteries)
- had surgery.

What To Tell Your Doctor

Tell your doctor before you start taking warfarin:

- all prescription medicines you take
- all over-the-counter medicines you are taking including:
 - aspirin

Варфарин (Jantoven®): что нужно знать

Варфарин (Jantoven® («Жантовен»))

Варфарин («Жантовен») является лекарственным препаратом, который применяется для предупреждения образования нежелательных сгустков крови. Он входит в группу лекарственных препаратов, называемых антикоагулянтами (разжижителями крови). Хотя эти препараты называют разжижителями крови, на самом деле кровь не становится более жидкой.

Варфарин могут вам назначить:

- после инсульта, вызванного сгустком крови;
- при тромбах в ногах или легких;
- при болезнях сердца (таких как нарушение сердечного ритма, замена или коррекция сердечного клапана, сердечная недостаточность или артериальная непроходимость);
- после хирургического вмешательства.

Что нужно сообщить врачу

До того, как начать принимать варфарин, вы должны сообщить врачу следующее:

- обо всех принимаемых вами лекарствах, отпускаемых по рецепту врача;
- обо всех принимаемых вами лекарствах, продающихся без рецепта врача, включая:
 - аспирин;

- non-steroidal anti-inflammatory medicines (ibuprofen: Advil[®], Motrin[®] or naproxen: Aleve[®]),
 - acetaminophen (Tylenol[®])
 - cold or cough medicine, or antacids
 - heartburn relief (Tagamet[®], cimetidine; Zantac[®], ranitidine; or Prilosec[®], omeprazole)
 - herbal supplements
 - vitamins and nutritional supplements.
- if you are pregnant, planning to become pregnant or are currently breastfeeding
 - your medical history.

Your Dose

Your doctor wants to make sure that the amount of warfarin in your blood is at a steady level to prevent clotting. This is done with a blood test called the INR (international normalized ratio) or CFX (chromogenic factor X).

Your warfarin dose will be adjusted to keep your INR/CFX at a goal range set by your doctor. Your goal INR/CFX will depend on your medical condition.

You will need to have your INR/CFX checked at least every month. You may need to have it checked more often when you first start taking warfarin, if your INR/CFX is not in the goal range, or if you have changes in your health, other medicines or diet.

Your INR/CFX goal is

Your doctor, pharmacist or nurse will tell you when you need an INR/CFX test. Call the lab or INR/CFX clinic at the phone number given to you to schedule the test.

- нестероидные противовоспалительные препараты (ибупрофен: Advil[®] («Адвил»), Motrin[®] («Мотрин») или напроксен: Aleve[®] («Алив»));
 - ацетаминофен (Tylenol[®] («Тайленол»));
 - средства от простуды или кашля, или антацидные средства;
 - препараты от изжоги (Tagamet[®] («Тагамет», циметидин), Zantac[®] («Зантак», ранитидин), Prilosec[®] («Прилосек», омепразол));
 - средства из целебных растений;
 - витамины и питательные добавки.
- если вы беременны или планируете забеременеть или вы в настоящее время кормите ребенка грудью;
 - историю болезни.

Ваша индивидуальная доза

Врач хочет, чтобы содержание варфарина в крови было устойчивым, чтобы не образовывались сгустки крови. Для этого используется лабораторный анализ, который называется INR-тест (International Normalized Ratio – международное нормализованное отношение, которое позволяет объективно определить время свертывания крови, независимо от используемых лабораторных реагентов) или CFX (Chromogenic Factor X – хромогенный фактор X).

Вам нужно будет делать INR/CFX-тест, по меньшей мере, каждый месяц. Может случиться, что вам придется делать его более часто, когда вы начинаете принимать варфарин, если результаты INR/CFX-теста не находятся в целевом диапазоне, а также если у вас изменится состояния здоровья, или если вам будут назначены другие лекарства, или у вас изменится диета.

Вашей целью является следующий результат INR/CFX-теста:

Лечащий врач, фармацевт или медсестра скажут вам, когда вам нужно сделать анализ. Позвоните по номеру, который вам дал лечащий врач, фармацевт или медсестра, в лабораторию или INR/CFX-теста клинику и запишитесь на анализ.

It is important that you make and keep all of your INR/CFX appointments. Your doctor may need to change your warfarin dose to keep your INR/CFX within a goal range.

Keep a record of your INR/CFX test results and your dosage changes. Use the dosage calendars in this booklet.

Side Effects of Warfarin

Side effects of warfarin include:

- nosebleeds
- bleeding from the gums when you brush your teeth
- bleeding from cuts or other breaks in your skin
- increased bruising
- increased menstrual flow
- blood in your stool or urine.

How To Take Warfarin

- Take warfarin as directed.
- Take your dose every day at the same time.
- If you miss a dose, take it as soon as you can. Do not add it to your next dose. Instead, call your doctor, who may want to adjust your next dose.

If you have an INR/CFX test scheduled in the next few days, call your doctor or clinic to see if you should re-schedule.

- Do not stop taking warfarin without talking to your doctor.
- Do not take warfarin if you are pregnant or may become pregnant. Warfarin may be harmful to unborn babies.
- Talk with your health care provider if you are breastfeeding.

Очень важно, чтобы вы записались и пришли на все INR/CFX-тесты. Врачу может понадобиться изменить дозу варфарина, чтобы результаты INR/CFX-теста оставались в целевом диапазоне.

Сохраняйте результаты всех INR/CFX-тестов и изменения в предписанных вам схемах приема препарата. Для этого используйте календари доз в этой брошюре.

Побочное действие варфарина

Побочное действие варфарина включает:

- носовые кровотечения;
- кровотечение из десен при чистке зубов;
- кровотечения при порезах или других повреждениях кожи;
- появление синяков;
- более интенсивные менструальные кровотечения;
- кровь в моче или кале.

Как принимать варфарин

- Принимайте варфарин как предписано.
- Принимайте назначенную дозу каждый день в одно и то же время.
- Если вы пропустили дозу, примите ее как можно скорее. Не добавляйте ее к следующей дозе. Вместо этого позвоните лечащему врачу, который, может быть, изменит следующую дозу.

Если вам нужно будет прийти на INR/CFX-тест в ближайшие дни, позвоните лечащему врачу или в клинику, чтобы узнать, нужно ли переназначить тест на другое время.

- Не прекращайте принимать варфарин без консультации с врачом.
- Не принимайте варфарин, если вы беременны или можете забеременеть. Варфарин может быть опасен для плода.
- Обсудите с врачом или медсестрой, если вы кормите ребенка грудью.

How To Store Warfarin

- Keep warfarin in its original container. Keep it away from heat, light and humidity. Do not store it in the bathroom or near the kitchen sink.
- Keep warfarin out of reach of children and pets.
- Do not keep outdated medicines.
- Try to refill all of your prescriptions at the same pharmacy. Your pharmacist will have a record of all of your medicines and can tell you if your medicines will interact or interfere with each other.

What to Expect After Stopping Warfarin

If your doctor tells you to stop taking warfarin, you can expect its effects to last up to 5 days after you stop taking it. Keep following bleeding precautions during this time.

Using Other Medicines With Warfarin

Some medicines may interact with warfarin to cause side effects or interfere with how well the warfarin works.

Tell each of your health care providers when you start, stop or change the doses of herbal products and other medicines you take.

- When using any over-the-counter product, read the ingredients label. Do not use aspirin and products that contain aspirin or acetylsalicylic acid (another name for aspirin) without talking with your doctor.
 - Aspirin can increase the effects of warfarin or can irritate your stomach lining and cause bleeding.
 - Check the ingredients of generic products for aspirin or acetylsalicylic acid.

Как хранить варфарин

- Храните варфарин в оригинальной упаковке. Предохраняйте его от действия тепла, света и влаги. Не храните его в ванной или на кухне около раковины.
- Храните варфарин в недоступном для детей и домашних животных месте.
- Если срок годности лекарства истек, то его нужно выбросить.
- Старайтесь получать все прописанные лекарства в одной и той же аптеке. У фармацевта тогда будет список всех назначенных вам лекарств, и он предупредит вас о возможном взаимодействии между ними.

После прекращения приема варфарина

Если врач скажет, что вы должны прекратить принимать варфарин, вы должны знать, что его действие может продолжаться в течение пяти дней после того, как вы прекратили его принимать. В это время вы по-прежнему должны вести себя осторожно, чтобы не возникло кровотечение.

Использование других лекарственных препаратов совместно с варфарином

Некоторые лекарства могут вступать во взаимодействие с варфарином, вызывая побочный эффект, или влиять на эффективность варфарина.

Всегда сообщайте всем врачам или медсестрам о том, что вы начали, перестали принимать или принимаете в другой дозе другие лекарства или средства из целебных растений.

- Если вы принимаете препараты, не требующие рецепта, прочитайте на этикетке их ингредиенты. Не принимайте аспирин и содержащие аспирин или ацетилсалициловую кислоту (другое название аспирина) средства без консультации с врачом.
 - Аспирин может усилить действие варфарина или вызвать раздражение слизистой желудка и привести к кровотечению.
 - Проверьте непатентованные лекарства на наличие аспирина или ацетилсалициловой кислоты.

— Common brand name products that contain aspirin include:

- Alka Seltzer®
- Anacin®
- Ascriptin®
- Aspergum®
- Bufferin®
- Excedrin®
- Pepto Bismol®.

■ Avoid using non-steroidal anti-inflammatory medicines, unless your doctor tells you it is OK. Common products are:

- ibuprofen (such as Advil®, Motrin®, Nuprin®, Nurofen®)
- naproxen (such as Aleve®, Naprosyn®)
- ketoprofen (Orudis®).

■ You may use acetaminophen (Tylenol®) once in a while for headaches, muscle aches or fever. If you regularly take doses for several days, it may affect your INR/CFX results. Talk with your doctor if you need regular use of acetaminophen for any symptoms.

■ Ask your doctor or pharmacist for suggested medicines for colds or allergies. Products that may be safe to use do not contain aspirin or acetylsalicylic acid but may include ingredients such as:

- acetaminophen
- chlorpheniramine
- dextromethorphan
- diphenhydramine
- phenylephrine
- pseudoephedrine.

— Ниже приводится список названий некоторых широко распространенных препаратов, в которых содержится аспирин:

- Alka Seltzer® («Алка-Зельцер»);
- Anacin® («Анацин»);
- Ascriptin® («Аскриптин»);
- Aspergum® («Аспергам»);
- Bufferin® («Буферин»);
- Excedrin® («Экседрин»);
- Pepto Bismol® («Пепто Бисмол»).

■ Избегайте использовать нестероидные противовоспалительные препараты без разрешения врача. К широко распространенным препаратам относятся:

- ибупрофен (например, Advil® («Адвил»), Motrin® («Мотрин»), Nuprin® («Нуприн»), Nurofen® («Нурофен»));
- напроксен (например, Aleve® («Алив»), Naprosyn® («Напросин»))
- кетопрофен (Orudis® («Орудис»)).

■ Вы можете иногда принимать ацетаминофен (Tylenol® («Тайленол»)) при головной боли, мышечных болях или для снижения температуры. Если вы в течение нескольких дней принимаете его регулярно, то это может повлиять на показатели INR/CFX-теста. Если вам нужно принимать ацетаминофен регулярно при каких бы то ни было симптомах, обсудите это с лечащим врачом.

■ Попросите лечащего врача или фармацевта порекомендовать вам лекарства от простуды или аллергии. Препараты, которые можно безбоязненно принимать, не содержат аспирина или ацетилсалициловой кислоты, но могут содержать следующие ингредиенты:

- ацетаминофен;
- хлорфенирамин;
- декстрометорфан;
- дифенгидрамин;
- фенилефрин;
- псевдоэфедрин.

- Take these medicines for heartburn at least two hours before or after you take your warfarin dose:
 - aluminum hydroxide and magnesium hydroxide (such as Maalox®)
 - aluminum hydroxide and simethicone (such as Mylanta®).

Vitamin E

High doses of vitamin E — received only through a supplement — have been shown to increase the risk of bleeding. Talk with your doctor before taking any vitamin E supplements.

Fish Oil Supplements

Omega-3 fatty acids supplements may increase the anticoagulant effect of warfarin. This means they may slow blood clotting. Omega-3 fatty acid supplements may be used in consistent amounts. Talk with your doctor **before** taking omega-3 fatty acid supplements.

Vitamins, Herbs and Other Nutritional Supplements

There are many medicines, vitamins, herbs and nutritional supplements that can change how well warfarin works in your body. Talk with your doctor before you make any changes to your medicines.

Call your doctor if you are currently taking, or are thinking about taking, any of the following (not a complete list):

- ginseng
- coenzyme Q10
- feverfew
- papain
- dong quai
- devil's claw

- От изжоги принимайте следующие лекарства по крайней мере за два часа до или через два часа после приема варфарина:
 - гидроксид алюминия и гидроксид магния (например, Maalox® («Маалокс»));
 - гидроксид алюминия и симетикон (например, Mylanta® («Миланта»).

Витамин E

Установлено, что большие дозы витамина E, принимаемого в качестве питательной добавки, увеличивают риск возникновения кровотечения. Проконсультируйтесь с врачом прежде чем принимать любые питательные добавки, содержащие витамин E.

Рыбий жир

Антикоагулянтное действие варфарина может возрасти при приеме питательных добавок, содержащих жирные кислоты омега-3. Это означает, что такие добавки могут замедлить свертывание крови. Питательные добавки, содержащие жирные кислоты омега-3, можно принимать в одной и той же дозе. Проконсультируйтесь у врача перед тем, как принимать жирные кислоты омега-3 в виде питательных добавок.

Витамины, средства из лекарственных растений и другие питательные добавки

Многие лекарства, витамины, лекарственные травы и питательные добавки могут повлиять на действие варфарина в организме. Посоветуйтесь с лечащим врачом перед тем, как делать изменения в режиме их приема.

Вы должны сообщить врачу, если вы принимаете или хотите начать принимать любое из перечисленного ниже (это неполный список):

- женьшень;
- кофермент Q10 (coenzyme Q10);
- пижма (feverfew, Tanacetum parthenium);
- папаин;
- корень дягиля (dong quai, Angelica sinensis);
- чертов коготь (мартиния душистая, Narragophytum procumbens, Devil's claw);

- St. John's wort
- danshen
- seaweed
- Viactiv™ calcium supplements
- salvia root
- ginkgo biloba
- garlic (in large amounts)
- kava
- ginger
- home brewed teas with tonka beans, melilot (sweet clover) or sweet woodruff
- multivitamins with vitamin K
- any other supplements not on this list.

Information about herbal products is always changing. **Important: talk with your doctor about any herbal product or dietary supplement you are taking or thinking about taking.** Your doctor can tell you if the supplement may interact with your medicine(s).

Vitamin K

There are many foods that can change how warfarin works in your body, especially those that have high amounts of vitamin K. Warfarin and vitamin K work against each other. Warfarin slows down blood clotting and vitamin K helps blood to clot.

Limit these foods to small amounts if you do not normally eat them. If you do normally eat these foods, do not change the amount you eat.

- The highest sources of vitamin K include:
 - broccoli
 - brussels sprouts
 - cabbage

- зверобой пронзеннолистный (St. John's wort, Hypericum perforatum);
- шалфей (Salvia officinalis);
- морская водоросль;
- кальциевые добавки Viactiv™;
- корень шалфея (Radix Salviae miltiorrhizae);
- гинкго двулопастный (Ginkgo biloba);
- чеснок (в больших количествах);
- перец кава (Piper methysticum);
- имбирь лекарственный;
- заварки для чая с диптериксом (Dipteryx odorata), донником (Melilotus officinalis) или ясенником пахучим (Asperula odorata);
- поливитамины с витамином K;
- любые другие питательные добавки, которые не включены в этот список.

Информация о средствах из лекарственных растений постоянно меняется. **Очень важно, чтобы вы обсудили с врачом все питательные добавки или средства из лекарственных растений, которые вы принимаете или хотите начать принимать.** Врач может сообщить вам, может ли добавка взаимодействовать с лекарствами, которые вы принимаете.

Витамин К

Многие пищевые продукты, особенно с высоким содержанием витамина К, могут повлиять на действие варфарина в организме. Варфарин и витамин К оказывают противоположное действие. Варфарин замедляет процесс свертываемости крови, а витамин К ускоряет этот процесс.

Употребляйте эти продукты в небольшом количестве, если вы обычно их не едите. Если вы обычно едите эти продукты, продолжайте есть их в том же количестве, что и раньше, не увеличивая и не уменьшая.

- Самые высокие концентрации витамина К содержат:
 - капуста брокколи;
 - брюссельская капуста;
 - капуста;

- collard greens
- endive
- green onions
- kale (raw leaf)
- lettuce (bibb, Romaine, red leaf or other dark, leafy lettuces)
- spinach
- Swiss chard
- turnip greens
- watercress.

- One serving size is one-half to 1 cup.
- If you want to make a major change in your diet, talk with your doctor. You may need to have your INR/CFX tested more often for a while.
- Canola, olive and soybean oils are high in vitamin K. Limit them to 2 tablespoons each day.
- Green tea has high levels of vitamin K. If you drink green tea, be consistent with how much you drink each day.
- A dietitian can help you choose foods to keep your INR/CFX stable.
- Most vitamin and mineral supplements contain vitamin K. Talk with your doctor about which supplement is right for you.

Alcohol

Alcohol may change the effects of warfarin. Remember, have no more than one alcoholic beverage a day. One drink equals:

- 12 ounces beer
- 4 ounces wine
- 1 ounce hard liquor.

- капуста листовая;
- огурцы неочищенные;
- эндивий;
- зеленый лук;
- кудрявая капуста браунколь, кале (в сыром виде);
- салат (кочанный, ромэн, красный или другие салаты с темными листьями);
- шпинат;
- мангольд (листовая свекла) ботва репы;
- кресс салат.

- Одна порция – это объем от пол-чашки до одной чашки (120-240 мл.).
- Если вы хотите значительно изменить свою диету, посоветуйтесь с лечащим врачом. Может потребоваться, чтобы в течение некоторого времени INR/CFX-тест вам делали чаще, чем раньше.
- Масло канолы, оливковое масло и соевое масло содержат большое количество витамина К. Не употребляйте больше 2 столовых ложек в день.
- В зеленом чае содержится большое количество витамина К. Если вы пьете зеленый чай, то количество выпитого зеленого чая каждый день должно быть одинаковым.
- Диетолог может помочь вам подобрать такие пищевые продукты, чтобы показатели INR/CFX-теста оставались стабильными.
- Большинство витаминных и минеральных добавок содержат витамин К. Обсудите с лечащим врачом, какие добавки можно принимать вам.

Алкоголь

Алкоголь может изменить действие варфарина. Не забывайте, что вам можно выпивать в день всего одну порцию алкогольного напитка. Одна порция:

- 12 унций пива;
- четыре унции вина;
- одна унция крепкого напитка.

Cranberry Juice

There have been reports that cranberry juice may affect the anticoagulant effects of warfarin. Talk with your doctor before adding cranberry juice to your diet or if you regularly drink cranberry juice.

Tobacco Use

You should not use tobacco products while you are taking warfarin. Smoking can affect your INR/CFX levels. Chewing tobacco has high levels of vitamin K and can affect the action of warfarin.

All tobacco use increases your chances for a variety of cancer and heart-related illnesses. If you are ready to quit, please talk with your doctor. If you can't quit, keep your use consistent and try to cut down.

Traveling With Warfarin

- Tell your doctor when you plan to travel. You may need an INR/CFX test before you leave. Your doctor will tell you if you will need to take a test while traveling. Bring this booklet on your trip so you can fill in your dosage chart.
- Fill your prescription ahead of time and bring it with you so you do not run out of warfarin.
- Keep your medicines with you in a purse or carry-on bag instead of your luggage. If your luggage becomes lost, you will still have your medicines.
- Remember to keep to your everyday diet and exercise routines.
- Try to take warfarin at the same time each day. If you are traveling across time zones, ask your doctor when you should take your daily dose.
- If you need medical or dental services while traveling, be sure to tell the doctor or dentist you take warfarin.

Клюквенный сок

Имеются данные, что клюквенный сок может повлиять на антикоагулянтный эффект варфарина. Поговорите с врачом, если вы хотите включить клюквенный сок в свою диету или если вы регулярно пьете клюквенный сок.

Табачные изделия

Вы должны отказаться от табака, если вы принимаете варфарин. Курение может повлиять на показатели INR/CFX-теста. Жевательный табак содержит высокие концентрации витамина К, что может повлиять на эффект варфарина.

Табак в любом виде увеличивает риск заболевания раком или может привести к сердечным болезням. Если вы готовы бросить курить, поговорите об этом с врачом. Если вы не можете бросить, то используйте всегда одно и то же количество табачных изделий и старайтесь курить меньше.

Как можно путешествовать, если вы принимаете варфарин

- Скажите врачу, что вы собираетесь совершить поездку. До отъезда вам, может быть, придется сделать INR/CFX-тест. Врач вам скажет, нужно ли вам делать этот тест во время поездки. Возьмите с собой эту брошюру, чтобы вы смогли записать прием и дозу варфарина.
- Получите лекарство в аптеке заблаговременно, чтобы вы не оказались в ситуации, когда вам не хватило варфарина.
- Получите лекарство в аптеке заблаговременно, чтобы вы не оказались в ситуации, когда вам не хватило варфарина.
- Не забывайте соблюдать свой обычный режим питания и физических упражнений.
- Постарайтесь принимать варфарин в одно и то же время каждый день. Если вы пересекаете часовые пояса, спросите у врача, когда вы должны принимать свою ежедневную дозу.
- Если во время поездки вам придется обратиться к зубному или другому врачу, обязательно скажите ему, что вы принимаете варфарин.

Illness

- If an illness keeps you from eating your normal diet, call your doctor. Vomiting and diarrhea can decrease your body of vitamin K and cause your INR/CFX level to rise. This can lead to bleeding.
- Fever and infection can also affect how well the warfarin works. You may need to have more blood tests while you are ill and while you recover.

Physical Activity

Talk with your doctor about which sports or physical activities will be safer for you. In general, avoid sports or activities that may result in a fall or injury. Your doctor may give you activity restrictions or talk with you about adapting a current sport or activity so it is safe for you.

Wear a helmet while doing activities that increase your risk for a head injury, such as inline skating, biking or motorcycle riding. Please follow your doctor's orders.

Precautions

- Be extra careful to avoid injuries while taking warfarin. You could bleed more easily from cuts or wounds while taking warfarin. Use caution around sharp objects. Use an electric razor. Be especially careful when working with knives and scissors.
- Wear slippers or shoes at all times, even while in the house.
- Trim your nails carefully. Trim them straight across with a nail clippers. Do not pick at the cuticle.
- Use a soft toothbrush. Gently brush and floss your teeth.

Болезнь

- Если болезнь не позволяет вам придерживаться вашей нормальной диеты, позвоните лечащему врачу. Рвота и понос могут снизить уровень витамина К в организме, что приведет к повышению показателей INR/CFX-теста. Это может вызвать кровотечение.
- Повышенная температура и инфекция также могут повлиять на эффективность варфарина. Во время болезни и выздоровления вам может потребоваться делать большее количество анализов крови.

Физическая активность

Обсудите с врачом, какие виды спорта или физической активности наиболее безопасны для вас. Вообще говоря, вы не должны заниматься ничем, что может привести к падению или травме. Врач может сказать, какие ограничения вы должны соблюдать, или дать совет о том, как сделать вид спорта или физическую активность, которым вы уже занимаетесь, безопасным для вас.

Если вы занимаетесь чем-то, что увеличивает риск травмы головы, например, катание на роликовых коньках, езда на велосипеде или мотоцикле, надевайте шлем. Всегда следуйте советам врача.

Меры предосторожности

- Если вы принимаете варфарин, то будьте особенно осторожны, чтобы не порезаться и не пораниться. Если вы принимаете варфарин, то кровотечения при порезах и ранениях возникают легко. Осторожно обращайтесь с острыми предметами. Пользуйтесь электрической бритвой. Будьте особенно осторожны с ножами и ножницами.
- Всегда носите дома обувь (тапочки, туфли и т.п.).
- Осторожно подрезайте ногти. Подрезайте их кусачками для ногтей, не трогайте кожу.
- Пользуйтесь мягкой зубной щеткой. Зубы надо чистить осторожно; пользуйтесь нитью для чистки между зубами (флосс).

- Avoid activities that may increase your risk for injury, such as hunting and contact sports.
- Tell your dentist, doctors and other health care providers you take warfarin before planning any dental work or medical surgery or procedure.

Your doctor will tell you if you need to stop taking warfarin and when to resume taking it. He or she may also want you to take another anticoagulant to reduce the risk of blood clots while you are not taking warfarin.

- Consider wearing an identification necklace or bracelet that says you take anticoagulant medicine. Ask your nurse or doctor for an identification card you can keep in a purse or wallet.

Who Else Needs To Know You Take Warfarin

Tell your dentist, doctors and other health care providers you take warfarin before planning any dental work, surgery or procedure.

When To Call Your Doctor

Call your doctor if you have:

- unusual, unexplained or large areas of bruising
- increased bruising
- spitting or coughing up blood
- pink, red or dark brown urine
- red or tarry black stools
- bleeding from cuts or other breaks in your skin that continues after applying pressure to the area for 5 minutes
- nosebleeds that last longer than 5 minutes or that occur three or more times a week

- Избегайте заниматься тем, что увеличивает риск ранения, например, охотой, контактными видами спорта и т.п.
- Предупредите зубного врача, других врачей и медсестер о том, что вы принимаете варфарин, перед тем, как планировать лечение зубов, хирургическое вмешательство или процедуру.

Врач скажет вам, следует ли вам прекратить принимать варфарин, и когда можно снова начать принимать его. Может случиться, что они назначат другой антикоагулянт, чтобы снизить риск возникновения сгустков крови на то время, пока вы не принимаете варфарин.

- Подумайте о том, чтобы носить ожерелье или браслет, который бы свидетельствовал о том, вы принимаете антикоагулянт. Попросите у медсестры или врача карточку для идентификации, которую можно носить в бумажнике или сумке.

Кто еще должен знать, что вы принимаете варфарин

Предупредите зубного врача, других врачей и медсестер о том, что вы принимаете варфарин, перед тем, как планировать лечение зубов, хирургическое вмешательство или процедуру.

Когда звонить врачу

Врачу нужно звонить, если у вас:

- необычные, необъяснимые или охватывающие большую площадь синяки на теле;
- более частое возникновение синяков;
- если вы отхаркиваете или откашливаете кровь;
- моча розового, красного или темно-коричневого цвета;
- кал красный или черный, как деготь;
- кровотечение при порезах или других повреждениях кожи, продолжающееся более 5 минут после приложения давления;
- носовые кровотечения, продолжающиеся более 5 минут и возникающие три и более раз в неделю;

- bleeding from your gums when brushing your teeth
- dizziness or weakness
- unusually heavy or long menstrual periods
- headaches that don't go away with medicine, rest or both
- swelling or pain anywhere (with or without bruising)
- any blow to your head or abdomen (belly) that may cause internal bleeding

When To Call 911

Call 911 or have someone take you to a hospital Emergency Department if you have:

- symptoms of stroke
 - sudden or temporary weakness
 - numbness or paralysis in an arm, hand, leg or facial muscles (usually on one side of the body)
 - sudden blurred double vision or dimness in your eye(s)
 - sudden confusion
 - trouble speaking or understanding language, or thinking
 - sudden clumsiness
 - loss of balance
 - dizziness
 - sudden severe headache.
- other emergency.

- кровь из десен при чистке зубов;
- головокружение или слабость;
- необычно обильные или продолжительные менструации;
- головные боли, которые не проходят после приема лекарства, после отдыха или после того и другого;
- отеки или боль в любом месте (с синяками или без синяков);
- удар по голове или в живот, который может вызвать внутреннее кровоизлияние.

Когда звонить 911

Звоните 911 или попросите кого-нибудь отвезти вас в отделение неотложной помощи, если у вас появились:

- симптомы инсульта:
 - внезапная или временная слабость;
 - потеря чувствительности или паралич руки, кисти руки, ноги или лицевых мышц (обычно с одной стороны);
 - внезапное нечеткое двойное зрение или «пелена» перед одним глазом или перед глазами;
 - внезапная спутанность сознания;
 - затрудненная речь или затрудненное понимание речи, или затрудненное мышление;
 - внезапная неуклюжесть;
 - потеря равновесия;
 - головокружение;
 - внезапная очень сильная головная боль;
- другое неотложное состояние.

Warfarin Dosage Calendar

Date	Dose	INR/CFX Result

Please record your warfarin dose when you take it each day. Record your INR/CFX result each time it is tested.

Календарь приёма варфарина

Дата	Доза	Результат INR/CFX-теста

Записывайте каждый день дозу варфарина. Каждый раз записывайте результат INR/CFX-теста.

Your Medicines List

Medicines (prescription and over-the-counter), vitamins, herbals	How much you take	When you take it

Список лекарств, которые вы принимаете

Лекарства (по рецептам врача и без рецепта), витамины, средства из лекарственных трав	Сколько вы принимаете	Когда вы его принимаете