

---

# Segavarnar- meðferð

---

FRÆÐSLUBÆKLINGUR

LANDSPÍTALI  
SEGAVERNIR  
Blóðmeinafræðideild







**LANDSPÍTALI**

Landspítali  
Blóðmeinafræðideild, Segavarnir  
Svarsími 543 5019  
Skiptiborð LSH 543-1000  
Símbref 543-5016  
Tölvupóstfang: segavarnir@landspitali.is  
Heimasíða: www.landspitali.is

---

Nafn

---

Símar

---

Ábyrgur læknir (Doctor)

---

Ástæða segavarnar (Diagnosis)

---

INR gildi sem stefnt er að (Recommended target)

---

Meðferð hefst (Treatment initiation)

---

Áætluð meðferðarlengd (Estimated duration of treatment)

**HAFÐU BÆKLINGINN ÁVALLT HANDBÆRAN**



## HVÆÐ ERU SEGAVARNIR (BLÓÐÞYNNING)?

Í blóðinu eru storkupættir sem gera það að verkum að blóð storknar ef skemmdir verða á æðaveggjum. Virkni nokkurra storkupátta er háð K-vítamíni. Hægt er að gefa lyf sem breytir þessum þáttum þannig að blóðið storknar síður í blóðrásinni. Þetta dregur úr hættunni á myndun blóðsega (blóðtappa). Það lyf sem mest er notað heitir Warfarin Teva (innihaldsefni: warfarín). Í undantekningartilvikum eru notuð önnur lyf, t.d. Marevan eða Dicumarol.

Blóðþynnandi áhrifum lyfsins er fylgt eftir með blóðmælingum. Blóðþynningin er gefin upp sem INR-gildi (International Normalized Ratio), sem er alþjóðleg viðmiðun. Því hærra sem INR-gildið er, því meiri er blóðþynningin.

## HELSTU ÁSTÆÐUR BLÓÐÞYNNINGAR

- Meðferð á bláæðasegum og/eða segareki til lungna
- Hjartsláttartruflanir, svo sem gáttatif (Atrial fibrillation)
- Rafvending
- Kransæðastífla með vöðvadrepi í framvegg hjartans
- Gervihjartalokur
- Slagæðaþrengsli

## EFTIRLIT OG SKÖMMTUN

Eftirlit og skömmtun er hjá segavörnum Landspítala alla virka daga. Ekki þarf að vera fastandi fyrir sýnatöku. Hægt er að fara í blóðmælingu alla virka daga. Æskilegt er að koma í mælingu milli kl. 8 og 11 til að fá skömmtun samdægurs. Hægt er að fara í blóðtöku á göngudeild 10E á Landspítala við Hringbraut (opið kl. 8-15), á rannsóknadeild í kjallara Landspítala í Fossvogi (opið kl. 8-16) og á heilsugæslustöðvum. Þeir sem eru með heimahjúkrun fá blóðsýnið tekið heima.

Lyfið er skammtað eftir INR-mælingunni og skammturinn er að jafnaði tilbúinn eftir kl. 15, hafi blóðsýnið borist fyrir hádegi. Þegar niðurstöður liggja fyrir er hringt til viðkomandi en einnig er hægt að fá upplýsingar í síma 543 5019 frá mánudegi til fimmtudags kl. 10:00 t il 16:00 og á föstudögum kl. 12:00 til 16:00.

Í upphafi meðferðar þarf að mæta með nokkurra daga millibili í mælingar, meðan verið er að finna út hvaða skammtur hentar. Þegar INR-gildið er orðið stöðugt er skammtað til lengri tíma. Sé INR-gildið hins vegar áfram óstöðugt þarf að mæla og skammta samkvæmt því.

Þeir sem bíða eftir rafvendingu þurfa að mæta vikulega í mælingar til að tryggja fullnægjandi blóðþynningu, en hún

er skilyrði fyrir því að rafvending sé gerð.

Fyrir rafvendingu þarf að lágmarki þriggja vikna blóðþynningu þar sem INR gildið er meira en 2,0.

## **MILLIVERKANIR LYFJA OG MATAR VIÐ SEGAVERNARLYF**

### **Lyf sem auka verkun Warfarin Teva:**

Ýmis verkjalyf og bólgueyðandi lyf, t.d. Magnýl, acetýlsalicýlsýra, sýklalyf o.fl.

### **Lyf sem minnka verkun Warfarin Teva:**

K-vítamín, sum krampalyf, berklalyf o.fl.

Fjölmörg önnur lyf geta haft áhrif á verkun Warfarin Teva, þar með talin ýmis náttúruleg efni, t.d. hvítlaukshylki, kamillute og Ginko Biloba. Ráðfærðu þig því við lækniinn þinn ef þú tekur önnur lyf með Warfarin Teva, sérstaklega ef um ofangreind lyf er að ræða.

Mikið er af K-vítamíni í sumu grænmeti (t.d. spínati, spergilkáli, blómkáli) og það getur haft áhrif á blóðþynninguna, sérstaklega ef skyndilega er gjörbreytt um mataræði. Einnig eykur mjög fituríkt mataræði upptöku á K-vítamíni og minnkar þar með virkni Warfarin Teva. Einstaklingar, sem nærast illa, geta þróað með sér K-vítamínskort og getur þá verið ástæða til að draga úr blóðþynningu um tíma, eða mæta aukalega í mælingu. Áhrif slíkra breytinga koma fram í mælingum og getur í sumum tilfellum verið þörf á breytingum á skömmtum

vegna þeirra.

Hóflæg neysla áfengis, 1-2 glös af léttvíni eða bjór af og til, hefur ekki skaðleg áhrif á blóðþynningarmeðferðina, en mikil og langvarandi neysla getur haft alvarleg áhrif.

Mikilvægt er að láta lækni vita að þú takir segavarnarlyf ef upp koma sjúkdómar eða vandamál eins og t.d. hár blóðþrýstingur, lifrar- og nýrnasjúkdómar, blóð- og blæðingasjúkdómar, sár í skeifugörn eða maga, ofneysla alkóhóls, nýlegar blæðingar o.fl.

## **MEÐGANGA OG BRJÓSTAGJÖF**

Lyfið á ekki að nota á meðgöngutíma, þar sem það getur valdið fósturskemmdum snemma á meðgöngu. Warfarin Teva skilst ekki út í móðurmjólk. Hafið samband við lækni sé meðganga fyrirhuguð. Nauðsynlegt er að nota viðurkenndar getnaðarvarnir meðan á töku Warfarin Teva stendur.

## **ALGENGUSTU FYLGIVILLAR SEGAVARNA**

Algengustu fylgikvillar segavarna eru blæðingar af ýmsum toga. Þær koma einkum fram ef INR gildið er hærra en 5,0. Ef einhver merki eru um óeðlilegar blæðingar, skaltu strax hafa samband við lækni eða bráðamóttöku. Þá er ýmist dregið úr blóðþynningunni, gefið sérstakt mótefni (K-vítamín) eða storkupættir, allt eftir eðli blæðinganna.

Aðrar aukaverkanir (t.d. útbrot, hárlós) eru mjög sjaldgæfar.



## ÁRANGURSRÍK MEÐFERÐ

Árangursrík meðferð byggist á því að taka inn nákvæmlega réttan skammt daglega. Dagskammt skal taka inn í einu lagi og alltaf á sama tíma, helst seinnipart dags. Þannig er heilsu þinni best borgið. Fylgstu með meðferðinni og skráðu hjá þér skammtinn, INR gildið og dagsetningu næsta eftirlits. Aftast í þessum bæklingi er tafla sem þú skalt nota til að skrá skammta, mælingar, lyfjatöku og dagsetningu næstu mælingar.

## SEGAVARNARMEÐFERÐ OG FERÐALÖG

Nauðsynlegt er að láta starfsfólk segavarna vita séu ferðalög á dagskrá. Algengt er að breytingar verði á þörf fyrir segavarnarlyf þar sem loftslag og mataræði er ólíkt því sem fólk er vant. Dvelji fólk lengi erlendis er hægt að fara í INR mælingar á rannsóknastofum ytra, fá upplýsingar um INR gildið og hringja til segavarna, sem munu þá ákveða skammta eftir því.

## LYFJATILTEKT APÓTEKA

Mörg apótek bjóða upp á lyfjatiltekt og pakka lyfjum í dagsskammta. Sé slík þjónusta notuð þarf að láta starfsfólk segavarna vita og verða þá fyrirmæli um skammta send til viðkomandi apóteks.

## HAFÐU ÞETTA Í HUGA

Láttu lækni vita eða hafðu samband við segavarnir ef eitthvað óvenjulegt kemur upp á eins og t.d.:

- Blóðþynningu er hætt tímabundið vegna aðgerðar eða ef til stendur að gera aðgerð (einnig litlar aðgerðir svo sem tanndrátt).
- Breyting á töku lyfja, þar sem mörg lyf geta haft áhrif á blóðþynninguna.
- Aukin blæðingatilhneiging, svo sem marblettir, nef-blæðingar eða blæðingar með þvagi eða hægðum.
- Langt ferðalag framundan.
- Ef gleymist að taka Warfarin Teva í meira en tvo daga.

*Athugið!*

*Oft getur verið ástæða til þess að koma í aukamælingu.*

*Verið velkomin.*













**Blóðmeinafræðideild - starfsfólk segavarna júní 2019**