



## 服用抗凝血藥華法林 Warfarin 須知

三藩市凱薩醫療機構內科部 - 抗凝血服務部

### Anticoagulants

# 什麼是華法林 Warfarin?

華法林又稱(Coumadin)，通常被稱為“稀血劑”，但其正確的名稱應該是“抗凝血藥”。華法林一般用於預防及治療體內有害的血凝塊。該藥的功用是減慢體內血液凝固過程的速度，使血液能暢順地流通。用於最近曾患有血凝塊症狀，或有患該等症狀風險的人士。最近動過手術的病人可能亦須要服用華法林。

華法林可用以降低由於某種不均勻的心跳(例如心房纖維性顫動)，人工心臟瓣膜更換，或最近心臟病突發而產生血凝塊的風險。髖部或膝蓋動過手術的人士，由於在復原時期未能經常隨處走動，亦可能須要暫時服用華法林，以防止血凝塊的形成。華法林亦可用於治療現有的血凝塊(患病的部位通常都在腿部，肺部，心臟，或腦部)，及降低將來患血凝塊的風險。預防有害的血凝塊形成可以降低中風或心臟病突發的風險。當醫生指定治療方案為您開出華法林處方後，將會轉介您往抗凝血服務部，以便密切監測您對華法林治療的反應。

### 怎樣服用華法林?

- 通常每日口服一次。

- 要遵照醫生囑咐服用。除非得到醫生或藥劑師的指示，否則不可增加劑量，多服或停服。
  - 要確定藥丸的顏色，形狀，及烈度是否正確。如發現藥丸的顏色有改變，請立即通知您的藥劑師。
  - 每天要定時服藥，最好在晚上服食。如忘記服藥可於六小時內補服；如已超過六小時，則不可補服，等待下次再依時服用。
  - 如忘記服用超過兩次，請通知抗凝血服務部，藥劑師會指示您最好的處理方法。
  - 華法林可以與食物一起或空腹服用，但盡量保持一致的服用方法。
- B: 嚴重出血跡象 -- 請即通知抗凝血服務部，或您的主治醫生，或到急診部求診。**
- 咳出血
  - 小便或大便帶血
  - 任何持續超過 20 分鐘的流血時間
  - 摔倒或頭部受重擊，即使沒有頭痛或失去知覺，都須要立即通知您的醫生
  - 經血時間過長及流量過多
  - 腹部腫脹及觸痛，或疼痛
- C: 有血凝塊跡象 – 立即到急診部求診。**
- 突然說話含糊不清，或不能說話
  - 氣促或胸痛
  - 視力改變或任何一隻眼睛失明
  - 身體一邊面部，手臂或腿部突然虛弱無力或麻木
  - 四肢任何部位劇痛或腫脹
  - 無故突然嚴重頭痛

### 服用華法林期間應注意些什麼?

**A: 少量出血跡象 -- 應即通知抗凝血服務部，或您的主治醫生。**

- 刷牙時牙齦出血，或間中流鼻血
- 無故瘀傷或腫痛
- 輕微割傷後流血的時間延長(少過 20 分鐘)

# 服用抗凝血藥華法林 Warfarin 須知

三藩市凱薩醫療機構內科部 - 抗凝血服務部

## Anticoagulants

### 怎樣才知道華法林發生效用？

定期做 PT 化驗測試（凝血酶原素時間測試）以監測華法林的治療功效。

測試的結果稱為 INR(國際正常比率)。這項血液測試有助於決定服用華法林藥量的多少。目標是把 INR 保持在醫生所指定的治療範圍內。

### 有沒有任何事物能影響華法林的功效？

- 藥物：任何處方或成藥都對華法林有不同的影響。有些藥物會增加 INR，有些會降低 INR。
- 疾病：感冒，發燒，腹瀉，嘔吐，及感染都可能影響身體對華法林的反應。
- 飲酒：飲酒會增加出血併發症的可能性。
- 飲食：保持一貫飲食習慣是很重要的。避免在飲食習慣方面作重大改變，或試圖減輕體重，因為這樣會影響體內華法林的功效。
- 維生素 K 在血凝塊形成方面起著一定的作用。您所服用華法林的劑量能已配合正常維生素 K 的攝取。應保

持一致的食量而非完全避免服食。但是，應避免攝取太多維生素 K，因為該維生素會降低華法林的功效。

- 含豐富維生素 K 的蔬菜有以下各種：  
洋芫茜 parsley, 洋蔥 onions, 海草 seaweed, 菠菜 spinach, 薄荷葉 mint leaves, 西蘭花 broccoli, 湯菜 russels, 及豆芽 sprouts。
- 含豐富維生素 K 的食物有以下各種：  
奇異果 kiwi, 蘋果 apples, 梅子 plums, 開心果 pistachio nuts, 油菜子油 canola oil, 牛油果 avocados, 綠茶葉 green tea leaves, 及菊花 chrysanthemum。
- 草藥保健品/維生素：白果 ginkgo biloba, 人參 gingseng, 蒜頭 garlic, 薑 ginger, 或綠茶 green tea 都可以延長或縮短流血時間。

### 病人的重要責任

- 發現有異常出血或血凝結的跡象及症狀時，應通知您的醫生。
- 每天要按時服用華法林，盡量不要忘記服藥。除非得到

醫生的指示，否則不可增加劑量。

- 不要忘記驗血的預約時間
- 維持一貫的飲食習慣。
- 如要計劃懷孕，請告知您的醫生，因為華法林對胎兒於孕育時期可導致缺陷。
- 如要接受醫療或牙齒的手術程序，請告知您的醫護人員您正在服用華法林。

華法林療法仗賴您，您的醫生。及抗凝血服務部的共同努力才能成功。但療法的成功與否，您的配合起著重要的作用。

本文撰寫人蘇靜瑜藥劑師 Alice Sue, Pharm D 是三藩市凱薩醫療機構抗凝血服務部的臨床藥劑師。

服用抗凝血藥華法林 Warfarin 須知