



INSTITUT UNIVERSITAIRE  
DE CARDIOLOGIE  
ET DE PNEUMOLOGIE  
DE QUÉBEC

## INFO-MEDICAMENT

*Document préparé par le département de  
pharmacie à l'intention des usagers*

### ANTICOAGULANTS ORAUX

Warfarine (Coumadin<sup>md</sup>)

Nicoumalone (Sintrom<sup>md</sup>)

**POSOLOGIE :** \_\_\_\_\_ **puis selon INR.**

**CIBLE INR :** entre \_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_

#### 1. ACTION DU MÉDICAMENT :

Ce médicament aide à « éclaircir » votre sang. Il diminue la coagulation et prévient la formation de caillots.

#### 2. CONSEILS :

- Prenez votre médicament tel que prescrit et **au même moment de la journée** avec ou sans nourriture.
- Si vous oubliez une dose, prenez là dès que vous vous en rendez compte. Si vous n'y pensez que le lendemain, ne doublez pas la dose. Si vous oubliez de prendre votre médicament deux jours consécutifs, consultez votre médecin.
- La dose de votre anticoagulant est ajustée selon le résultat de votre prise de sang (INR). Des tests sanguins périodiques sont donc essentiels. À ce moment, si vous avez oublié de prendre une ou plusieurs doses, avertissez le personnel qui prélève votre sang.
- Notez que les émotions intenses (chagrin, anxiété, stress) peuvent faire varier la coagulation du sang. Informez le personnel qui prélève votre sang de tous ces changements.
- Évitez la consommation excessive d'alcool. Limitez-vous à 1 ou 2 consommations occasionnellement.
- Les aliments riches en vitamine K peuvent diminuer l'effet de votre anticoagulant. Les légumes verts (chou vert, chou frisé, brocoli, épinards et choux de Bruxelles) sont les principaux aliments riches en vitamine K. Nous vous suggérons de ne pas faire varier de façon importante la quantité de ces aliments d'une semaine à l'autre. Il faut aussi éviter les régimes dans lesquels les aliments riches en vitamine K sont en excès ou absents. Pour plus d'informations, vous pouvez rejoindre une nutritionniste à l'IUCPQ (418-656-4840).
- Avisez tous les professionnels de la santé (médecins, pharmaciens, dentistes) que vous prenez ce médicament.

#### 3. PRÉCAUTIONS PARTICULIÈRES :

- Portez sur vous une carte et/ou un bracelet identifiant votre groupe sanguin et précisant que vous prenez un anticoagulant. Mentionnez à tout professionnel de la santé que vous prenez ce médicament.
- Tous les patients anticoagulés devraient éviter de consommer des médicaments contenant de l'**ASPIRINE** ou de l'**IBUPROFÈNE** (Motrin<sup>md</sup>, Advil<sup>md</sup>, etc.) sauf sur recommandation spéciale de leur médecin. La prise de tout autre anti-inflammatoire est aussi déconseillée.

**ATTENTION :** *L'aspirine et l'ibuprofène se cachent dans plusieurs produits comme les médicaments contre le rhume et la douleur. Ne prenez jamais de médicament sans ordonnance sans en parler d'abord à votre médecin ou votre pharmacien.*

- Si vous avez besoin d'un médicament contre la douleur, le mal de tête ou la fièvre, vous pouvez prendre de façon occasionnelle un analgésique contenant de l'ACÉTAMINOPHÈNE (Atasol<sup>md</sup>, Temptra<sup>md</sup>, Tylenol<sup>md</sup>, AbénoI<sup>md</sup>, Exdol<sup>md</sup>). La prise régulière de ce médicament peut augmenter l'effet de votre anticoagulant. Vous devez donc en aviser votre médecin ou la personne qui ajuste votre INR.
- Si vous avez besoin d'un baume analgésique, utilisez un baume à base de menthol, par exemple le DEEP COLD<sup>md</sup>. Évitez les baumes à base de salicylate tels que Myoflex<sup>md</sup> ou Antiphlogistine<sup>md</sup>. De plus, vous devez éviter l'utilisation du diclofénac topique connu sous le nom de Voltaren Emulgel<sup>md</sup>.
- Si vous avez besoin de médicaments pour la constipation, évitez les laxatifs à base d'huile minérale (Agarol<sup>md</sup>, Nujol<sup>md</sup>), car ils peuvent augmenter l'effet de votre anticoagulant.
- Certains produits naturels (supplément d'ail, spiruline, Ginkgo biloba) peuvent faire varier l'effet de votre anticoagulant. Il est conseillé d'en cesser l'utilisation durant la prise de votre anticoagulant. La vitamine E peut augmenter l'effet de votre anticoagulant tandis que la vitamine K contenue dans certaines préparations de multivitamines et suppléments alimentaires peut en diminuer l'effet. Discutez avec votre médecin ou votre pharmacien de tout changement dans la consommation de ces produits.
- N'hésitez pas à consulter votre PHARMACIEN, en cas de doute, lors de l'achat de tout médicament ou supplément de vitamines sans prescription. Il saura vous aider dans le choix du meilleur produit.

#### **Pour les femmes en âge d'avoir un enfant :**

- Utilisez une méthode contraceptive efficace pendant toute la période d'utilisation de votre anticoagulant.

#### **Pour éviter les saignements et les risques d'hémorragie :**

- Utilisez une brosse à dents à poils souples et un rasoir électrique.
- Soyez prudent lorsque vous utilisez des instruments coupants et effectuez des travaux manuels dangereux.
- Évitez les sports violents qui peuvent engendrer des traumatismes.

#### **4. EFFETS QUE VOUS POURRIEZ NOTER :**

- Des **nausées** : Dans ce cas, prenez le médicament avec de la nourriture.
- Des **ecchymoses** (bleus) en présence de coups.
- Chez les femmes, des règles un peu plus abondantes qu'habituellement.

#### **5. CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN SI VOUS NOTEZ :**

- Du sang dans votre urine ou des selles noires ou rouges.
- Des ecchymoses (bleus) exagérés sans raison particulière.
- Des saignements de nez qui ne se résorbent pas spontanément.
- Des vomissements ou de la diarrhée importante.
- Chez les femmes, des saignements anormalement abondants et prolongés lors des règles.

**Le département de pharmacie de l'IUCPQ a préparé une vidéo informative sur les anticoagulants, vous pouvez la visionner à l'adresse internet suivante :**  
<http://vimeo.com/45639389>