	<b>Polyclinique Pasteur; HAD Pasteur; Polyclinique des 3 Vallées; Clinique Saint-Louis; SSR Le Colombier; SSR Les Châtaigniers</b>	Processus : <b>P06. Parcours du patient</b>
Date de mise à jour : <b>02/10/2017</b>	<b>Brochure Conseils aux patients sous AVK (antivitamine K)</b>	Référence : <b>Brochure P06.1923</b>
Version : V1.7		Page 1 sur 3
<i>Etat du document : Approuvé en date du 11/10/2017 - Validé par la cellule qualité GDR en date du 20/10/2017</i>		



**Le médecin vous a prescrit un traitement anticoagulant** (Préviscan, Sintrom, Coumadine, etc...).

**Anticoagulant** : il « fluidifie le sang afin d'empêcher la formation de caillots (phlébite) ou de dissoudre ces caillots s'ils existent déjà et d'empêcher leurs déplacements dans les vaisseaux (embolie).

**Il est prescrit dans certaines situations** en médecine, ou en chirurgie comme la phlébite, l'embolie pulmonaire, les troubles du rythme cardiaque, certains infarctus du myocarde ou lorsque l'on est porteur d'une valve cardiaque artificielle.

**Mécanisme d'action du médicament :**

La coagulation du sang fait intervenir plusieurs composés fabriqués par le foie avec participation de la vitamine K issue de l'alimentation.


Votre médicament, qui empêche l'action de la vitamine K (antivitamine K) permet de réduire le niveau de coagulation spontanée et la survenue de caillots.

**Le traitement par AVK doit être équilibré :**

Il est nécessaire que la dose soit suffisante afin d'empêcher la formation d'un caillot ou de le dissoudre, mais la dose ne doit pas être trop forte pour éviter la survenue d'hémorragie (saignement apparent ou non). Ainsi, il nécessite une surveillance biologique stricte et le respect de certaines règles, mais quoiqu'il en soit, toute modification de dose doit être décidée par un médecin.

**Le niveau de coagulation du sang est fonction de plusieurs éléments :**

- ⇒ la dose du médicament
- ⇒ la plus ou moins grande richesse de l'alimentation en vitamine K
- ⇒ L'interférence possible avec d'autres médicaments (aspirine, anti-inflammatoires...).
- ⇒ D'éventuelles affections (diarrhées).

	<b>Polyclinique Pasteur; HAD Pasteur; Polyclinique des 3 Vallées; Clinique Saint-Louis; SSR Le Colombier; SSR Les Châtaigniers</b>	Processus : <b>P06. Parcours du patient</b>
Date de mise à jour : <b>02/10/2017</b>	<b>Brochure Conseils aux patients sous AVK (antivitamine K)</b>	Référence : <b>Brochure P06.1923</b>
Version : V1.7		Page 2 sur 3
Etat du document : Approuvé en date du 11/10/2017 - Validé par la cellule qualité GDR en date du 20/10/2017		

### La surveillance biologique :

Elle est prescrite par votre médecin, qui définit la fréquence des contrôles et les valeurs attendues adaptées à votre cas particulier.

Elle est réalisée grâce à un dosage sanguin mesurant le taux de prothrombine exprimé en **INR** (*International Normalised Ratio*).

Ce contrôle est rapproché au moment de la mise en place du traitement, puis progressivement espacé à intervalles réguliers.

△ Il vous appartient de **transmettre le résultat d'INR** à votre médecin traitant après chaque contrôle biologique (prise de sang) pour qu'il puisse adapter si nécessaire, la posologie (dosage) du médicament avant la prochaine prise de votre médicament. Il faut 2 à 3 jours pour que l'INR varie après une modification de dose.

## PRECAUTIONS A PRENDRE




Prendre le médicament **tous les jours à la même heure**. Si la prise est unique, elle sera faite de préférence le soir.

**En cas d'oubli**, on peut prendre la dose manquée dans un délai de 8 heures après l'heure habituelle de prise. Passé ce délai, il est préférable de « sauter » cette prise et de prendre la suivante à l'heure habituelle, le lendemain.

### Prévenez immédiatement votre médecin :

- en cas de saignements de nez, de gencives, d'ecchymoses, d'urines rouges, de selles noires ou rouges, d'hémorragie conjonctivale (œil rouge).
- en cas de vomissements ou crachats sanglants.
- en cas de saignement qui ne s'arrête pas.
- en cas de fièvre ou d'éruptions cutanées
- en cas de règles anormalement abondantes
- en cas de problème de santé, quel qu'il soit (pâleur inhabituelle, fatigue inhabituelle, essoufflement anormal, malaise inexplicable, mal de tête ne cédant pas au traitement...).

	<b>Polyclinique Pasteur; HAD Pasteur; Polyclinique des 3 Vallées; Clinique Saint-Louis; SSR Le Colombier; SSR Les Châtaigniers</b>	Processus : <b>P06. Parcours du patient</b>
Date de mise à jour : <b>02/10/2017</b>	<b>Brochure Conseils aux patients sous AVK (antivitamine K)</b>	Référence : <b>Brochure P06.1923</b>
Version : V1.7		Page <b>3</b> sur <b>3</b>
<i>Etat du document : Approuvé en date du 11/10/2017 - Validé par la cellule qualité GDR en date du 20/10/2017</i>		

### Evitez :

- les sports violents (importance d'éviter les chutes, les chocs).
- prudence lors des manipulations d'objets tranchants (rasoir mécanique, hache...).
- les extractions dentaires;
- les injections intramusculaires, acupuncture, soins de pédicurie.
- après la prise de sang comprimez fortement le coton pendant 2 minutes, sans plier le bras. Il est déconseillé de débiter une grossesse lorsque vous êtes traitée par AVK.

## LES PRECAUTIONS ALIMENTAIRES SOUS TRAITEMENT AVK



Un régime alimentaire équilibré doit être respecté. Ce n'est qu'en cas d'anticoagulation chroniquement mal équilibrée qu'il convient de faire une enquête alimentaire détaillée pour préciser les écarts à éviter, notamment la consommation excessive d'aliments ayant une teneur particulièrement élevée en vitamine K :

*Abats (foie, rognons, cœur, langue, cervelle, farines de poisson), choucroute, choux / choux-fleurs / choux de Bruxelles, brocolis, fenouil, avocat, salades et divers autres légumes à feuilles, carottes, épinards, tomates, oignons, petits pois, haricots verts.*

### Toutefois :

Ne consommez pas plus d'une portion par jour des aliments suivants : *Épinards, navets, avocats, choux (rouge, frisé, de Bruxelles), brocolis.*

Evitez de prendre en grande quantité : *du thé vert ou du persil.*

Ne pas modifier l'alimentation habituelle par l'exclusion, ou l'apport massif *de légumes verts, soja, lentilles ou foie.*

*Ne pas consommer d'alcool, ou en consommer régulièrement une dose inférieure à deux verres par jour.*

Risque hémorragique avec :

- *Le jeûne prolongé*
- *L'abus d'alcool (intoxication aiguë).*