



UNIVERSITY OF OTTAWA
HEART INSTITUTE

INSTITUT DE CARDIOLOGIE
DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA

Anticoagulants RENSEIGNEMENTS À L'INTENTION DES PATIENTS



www.ottawaheart.ca

Partie A: Coumadin®	3
Prendre un anticoagulant en toute sécurité.....	4
Avant de commencer à prendre ce médicament	4
À quoi servent les analyses de sang?	4
Pendant toute la durée du traitement, assurez-vous de bien noter.....	5
Consignes concernant la prise d'un anticoagulant	5
Précautions importantes entourant la prise d'un anticoagulant .	6
Effets secondaires	6
En cas de coupure ou d'ecchymose sans gravité	7
Situations nécessitant des soins médicaux immédiats	8
Soins dentaires.....	8
Peut-on prendre d'autres médicaments pendant un traitement par warfarine (Coumadin®)?.....	8
Est-il nécessaire de modifier son alimentation?	9
Un mot au sujet de l'alcool.....	10
Partie B	10
Nouveaux anticoagulants oraux.....	11
Définitions.....	14
Pour obtenir de plus amples renseignements	14

Les anticoagulants sont des médicaments qui visent à prévenir la formation de caillots chez les personnes ayant des problèmes de coagulation qui les prédisposent à la survenue de caillots de sang.

La warfarine (Coumadin®) est l'anticoagulant en comprimé le plus couramment prescrit. Elle facilite la circulation du sang et réduit le risque de formation anormale de caillots sanguins.

Partie A: Coumadin®

Votre médecin vous a prescrit de la warfarine (Coumadin®) pour le motif suivant :

- Fibrillation ou flutter auriculaires (battements de cœur irréguliers)
- Valvule cardiaque artificielle
- Crise cardiaque massive
- Caillot(s) sanguin(s) dans le cœur
- Faiblesse du cœur
- Accident vasculaire cérébral
- Caillot(s) sanguin(s) dans une jambe ou un poumon
- Autre : _____

La dose de warfarine (Coumadin®) prescrite est de :

La teneur des comprimés prescrits est de :

Votre INR cible se situe entre les valeurs suivantes :

Votre prochain INR aura lieu le :

Votre INR sera mesuré et surveillé par :

Prendre un anticoagulant en toute sécurité

Avant de faire remplir votre ordonnance de warfarine (Coumadin[®]), assurez-vous que votre médecin ou votre infirmière est au courant des éléments suivants :

- Tous les médicaments, suppléments à base de plantes et vitamines que vous prenez – conservez une liste à jour sur vous en tout temps;
- Toute réaction allergique ou indésirable provoquée par un aliment ou un médicament dans le passé;
- Vos antécédents médicaux, en particulier si vous avez déjà eu des problèmes de coagulation (saignements).

Avant de commencer à prendre ce médicament

Assurez-vous de poser les questions suivantes à votre médecin :

- En quoi ce médicament peut-il m'aider?
- Quels sont ses effets secondaires et que dois-je faire s'ils surviennent?
- Comment et à quel moment dois-je prendre ce médicament?
- Pendant combien de temps dois-je prendre ce médicament?

Prévenez votre médecin si vous êtes enceinte ou prévoyez le devenir.

À quoi servent les analyses de sang?

La dose adéquate de warfarine (Coumadin[®]) est différente pour chaque personne. Pour déterminer la dose optimale de warfarine (Coumadin[®]), il est nécessaire d'effectuer une analyse sanguine appelée « rapport international normalisé (RIN)(INR) ». Le INR permet de mesurer la vitesse de coagulation de votre sang.

Le traitement par warfarine (Coumadin[®]) vise à maintenir les valeurs de votre INR dans une certaine fourchette, laquelle sera déterminée par votre médecin. Si votre INR est trop élevé, le risque de saignement est accru; s'il est trop bas, il existe un risque de caillots sanguins.

Au début du traitement par warfarine (Coumadin[®]), des analyses de sang seront réalisées deux (2) ou trois (3) fois par semaine. Selon les résultats de ces tests, il se peut que la dose de warfarine (Coumadin[®]) que vous prenez soit ajustée.

Lorsque les valeurs de votre INR se situeront dans la fourchette recommandée, la dose de warfarine (Coumadin[®]) sera plus régulière et la fréquence des analyses sanguines diminuera.

Pendant toute la durée du traitement, assurez-vous de bien noter :

- Les résultats de vos analyses de sang (INR);
- La dose de médicament que vous prenez chaque jour;
- La date de votre prochain INR;
- Tout problème ou effet secondaire;
- Toute directive ou info provenant de votre médecin ou de l'infirmière.

Consignes concernant la prise d'un anticoagulant

Prenez votre anticoagulant à la même heure chaque jour, selon les directives de votre médecin ou de l'infirmière. Il est important de respecter cette consigne pour que son efficacité soit optimale.

Si vous oubliez de prendre une dose, communiquez avec votre médecin ou avec la clinique. **Ne prenez pas** une double dose de médicament.

Il est possible que votre ordonnance de warfarine (Coumadin[®]) comprenne des comprimés à diverses teneurs. Il est important de vous familiariser avec la couleur correspondant à chaque teneur.

Selon les résultats des analyses sanguines (INR), il se peut que la dose de warfarine (Coumadin[®]) que vous prenez soit modifiée souvent, en particulier au début du traitement.

La dose requise de warfarine (Coumadin[®]) varie grandement selon les patients. Le risque d'effets secondaires n'est pas lié à la dose de la warfarine (Coumadin[®]); chez les patients qui reçoivent une dose élevée, le risque d'effets secondaires n'est pas plus grand que chez ceux qui prennent une faible dose.

Précautions importantes entourant la prise d'un anticoagulant

- La prise de ce médicament nécessite certaines précautions. Faites preuve de prudence lorsque vous manipulez des objets qui pourraient occasionner des blessures ou entraîner des saignements (comme les objets coupants).
- Communiquez avec votre médecin ou rendez-vous à l'hôpital le plus rapidement possible en cas de saignement prolongé à la suite d'une coupure ou d'une blessure sur laquelle vous avez appliqué une pression constante.
- Communiquez avec votre médecin ou la clinique si vous devez prendre un nouveau médicament ou interrompre un traitement médicamenteux.
- Discutez avec votre médecin ou le personnel de la clinique avant d'apporter un changement important à votre alimentation ou d'entreprendre un quelconque régime amaigrissant.
- Communiquez avec votre médecin ou la clinique si vous avez des questions sur vos médicaments ou vos analyses de sang.
- Faites faire vos analyses sanguines selon les directives reçues.

Effets secondaires

Un léger saignement visible constitue l'effet secondaire le plus courant. Par exemple, vous pourriez observer les symptômes suivants :

- Léger saignement des gencives lorsque vous vous brossez les dents;
- Saignements de nez occasionnels, en particulier en hiver lorsque l'air est sec;
- Ecchymoses (bleus) qui se forment facilement;
- Saignements causés par une coupure mineure qui cesse en quelques minutes;
- Menstruations légèrement plus abondantes qu'à l'habitude.

Comment prévenir les effets secondaires

- Utilisez une brosse à dents à soies souples.
- Si vous êtes sensible à la sécheresse de l'air, utilisez un humidificateur en hiver.
- Évitez les sports de contact et les activités qui comportent un risque de blessure important.
- Adoptez une alimentation nutritive régulière et discutez avec votre médecin ou l'infirmière de tout changement que vous souhaitez apporter à votre régime alimentaire.

En cas de coupure ou d'ecchymose sans gravité

Traitez la blessure à l'aide du matériel et des techniques de premiers soins. Si, malgré la pression que vous appliquez, un saignement important se prolonge au-delà de 10 minutes, communiquez avec votre médecin ou présentez-vous à un service des urgences.

Situations nécessitant des soins médicaux immédiats

- Saignements considérables
- Urine teintée (foncée, rouge ou brunâtre [couleur café ou de cola])
- Selles rougeâtres ou dont l'apparence rappelle le goudron
- Saignements des gencives ou du nez qui se prolongent au-delà de 10 minutes
- Vomissements de couleur café ou rouge vif
- Présence de rouge dans les crachats quand vous tousssez
- Saignements causés par une coupure qui se prolongent au-delà de 10 minutes
- Chute ou blessure importante à la tête
- Faiblesse ou étourdissements inexpliqués

Soins dentaires

Indiquez à votre dentiste que vous prenez de la warfarine (Coumadin®) au moment de prendre votre rendez-vous. Il se peut que votre dentiste vous demande d'apporter le résultat de votre dernier RIN ou de subir des analyses sanguines avant de vous recevoir.

En général, il n'est pas nécessaire d'interrompre la prise de l'anticoagulant ni de modifier la dose du médicament pour procéder à des soins dentaires.

Peut-on prendre d'autres médicaments pendant un traitement par warfarine (Coumadin®)?

Les personnes qui reçoivent de la warfarine (Coumadin®) sont nombreuses à prendre d'autres médicaments en plus. Toutefois, la warfarine (Coumadin®) peut modifier l'effet de certains médicaments.

Lorsque votre médecin remplira votre ordonnance de warfarine (Coumadin®), il est important de lui indiquer tous les médicaments que vous prenez.

Communiquez avec votre médecin ou avec la clinique si vous devez prendre un nouveau médicament ou interrompre un traitement médicamenteux.

Est-il nécessaire de modifier son alimentation?

La vitamine K influe sur la formation des caillots de sang. Elle est présente dans de nombreux aliments (voir la liste ci-dessous) et peut influencer sur votre RIN.

Aliments riches en vitamine K

- Légumes-feuilles verts (comme le chou frisé, les épinards, la bette à carde, feuille verte ou laitue romaine)
- Persil
- Asperges
- Brocoli
- Salade de chou
- Choux de Bruxelles

Il est important d'adopter une alimentation saine et équilibrée. Tous les aliments cités sont des choix sains, mais leur consommation en quantité importante peut abaisser votre RIN. Il n'y a pas d'apport idéal en vitamine K. Le plus important est que l'apport quotidien soit constant pour que votre RIN le demeure également.

Ces aliments peuvent être consommés, mais pas en grosse quantité.

- La graine de lin
- Ail
- Le jus de canneberge
- Avocat
- Ginger
- Le the vert
- Mango
- Soja(lait de soja, tofu)
- La camomille
- Eviter natto (soja fermenté), le pamplemousse, les oranges de Seville, tangelos et leur jus.

Un mot au sujet de l'alcool

L'alcool peut augmenter l'effet de l'anticoagulant. Ne consommez pas plus de deux (2) verres par jour.

Ne faites pas une consommation excessive d'alcool en une seule fois, car cela peut modifier votre RIN et entraîner des problèmes graves.

Partie B

Votre médecin vous a prescrit un des nouveaux anticoagulants oraux pour le motif suivant :

- Fibrillation ou flutter auriculaires (battements de cœur irréguliers)
- Caillot(s) sanguin(s) dans le cœur
- Caillot(s) sanguin(s) dans une jambe ou un poumon
- Autre : _____

On vous a prescrit :

- le dabigatran (Pradaxa^{MC});
- le rivaroxaban (Xarelto®);
- l'apixaban (Eliquis^{MC})

La dose prescrite est de :

La teneur des comprimés prescrits est de :

Votre médicament sera mesuré et surveillé par :

Les anticoagulants sont des médicaments qui visent à prévenir la formation de caillots chez les personnes ayant des problèmes de coagulation qui les prédisposent à la survenue de caillots de sang.

L'anticoagulant facilite la circulation du sang et réduit le risque de formation anormale de caillots sanguins.

Nouveaux anticoagulants oraux

Trois nouveaux anticoagulants oraux sont maintenant offerts au Canada. Ces trois médicaments sont les suivants :

- le dabigatran (PradaxaMC);
 - le rivaroxaban (Xarelto®);
 - l'apixaban (EliquisMC).
-
- Ces nouveaux anticoagulants **ne doivent pas** être administrés à des patients ayant des problèmes valvulaires graves, une valvule cardiaque artificielle ou une maladie rénale grave.
 - Des analyses sanguines visant à évaluer la fonction rénale seront effectuées pour déterminer si ces médicaments conviennent au patient.
 - Avec ces nouveaux médicaments, il n'est **pas nécessaire de surveiller le RIN à l'aide d'analyses sanguines** et aucun ajustement posologique n'est requis.
 - La prise de ces médicaments n'exige aucune restriction alimentaire.
 - Tout comme la warfarine (Coumadin®), ces nouveaux médicaments sont des anticoagulants. Toutefois, leurs modes d'action sont différents. La warfarine bloque l'action de diverses protéines qui interviennent dans la coagulation du sang alors que ces nouveaux anticoagulants oraux ciblent chacun une protéine en particulier intervenant dans la coagulation sanguine.

Dabigatran (Pradaxa^{MC})

Indications :

- Pour réduire le risque d'accident vasculaire cérébral (AVC) chez les patients qui ont reçu un diagnostic de fibrillation auriculaire;
 - Pour prévenir une thromboembolie consécutive à une opération (arthroplastie) de la hanche ou du genou.
-
- Ce médicament se prend **2 fois par jour**.
 - Il se présente sous la forme de capsules dosées **à 110 ou à 150 mg**.
 - Ce médicament se prend avec des aliments ou à jeun.
 - Ce médicament est contre-indiqué chez les patients atteints d'insuffisance rénale grave; la dose du médicament doit être réduite en cas d'insuffisance rénale modérée. Des analyses sanguines seront effectuées pour évaluer la fonction rénale.

Rivaroxaban (Xarelto®)

Indications :

- Pour réduire le risque d'accident vasculaire cérébral (AVC) chez les patients qui ont reçu un diagnostic de fibrillation auriculaire;
 - Pour le traitement de la thrombose veineuse profonde (TVP) et de l'embolie pulmonaire (EP);
 - Pour prévenir une thromboembolie consécutive à une opération (arthroplastie) de la hanche ou du genou.
-
- Ce médicament se prend **1 fois par jour**.
 - Il se présente sous la forme de comprimés dosés **à 15 mg ou à 20 mg**.
 - Ce médicament **se prend avec de la nourriture**.
 - Ce médicament est contre-indiqué chez les patients atteints d'une maladie du foie grave. Des analyses sanguines seront effectuées pour déterminer si ce médicament convient au patient.

- Ce médicament est contre-indiqué chez les patients atteints d'insuffisance rénale grave; il doit être utilisé avec précaution en cas d'insuffisance rénale modérée. Des analyses sanguines seront effectuées pour évaluer la fonction rénale.

Apixaban (Eliquis^{MC})

Indications :

- Pour réduire le risque d'accident vasculaire cérébral (AVC) chez les patients qui ont reçu un diagnostic de fibrillation auriculaire;
 - Pour prévenir une thromboembolie consécutive à une opération (arthroplastie) de la hanche ou du genou.
-
- Ce médicament se prend **2 fois par jour**.
 - Il se présente sous la forme de comprimés dosés **à 2,5 mg ou à 5 mg**.
 - Ce médicament se prend avec des aliments ou à jeun.
 - Ce médicament est contre-indiqué chez les patients atteints d'une maladie rénale grave. Des analyses sanguines seront effectuées pour déterminer si ce médicament convient au patient.

Définitions :

La thrombose veineuse profonde (TVP) correspond à la formation d'un caillot de sang (thrombus) dans une veine profonde, le plus souvent dans la jambe.

L'embolie pulmonaire (EP) correspond à l'obstruction de la principale artère pulmonaire ou à l'une de ses branches par une substance provenant d'une autre partie du corps qui se déplace dans la circulation sanguine (embolie). L'EP est le plus souvent consécutive à une TVP; elle est causée par la migration vers les poumons d'un caillot sanguin présent dans une veine profonde dans la région de la jambe ou du bassin qui s'est détaché. On nomme ce processus « maladie thromboembolique veineuse », ou MTEV.

La **thrombose veineuse** se définit par la formation d'un caillot de sang (thrombus) dans une veine. La maladie thromboembolique veineuse (MTEV) est un terme qui englobe à la fois la thrombose veineuse profonde (TVP) et l'embolie pulmonaire (EP).

Pour obtenir de plus amples renseignements

- **Clinique d'anticoagulothérapie de l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa**
www.ottawaheart.ca/french/patients_familles/clinique-de-anticoagulothérapie.htm
- **Site Web de Coumadin® (en anglais seulement)**
www.coumadin.com/for_consumers.aspx
- **Fondation des maladies du cœur : renseignements sur les anticoagulants**
www.fmcoeur.com/site/c.ntJXJ8MMIqE/b.3562301/k.2D4B/Maladies_du_coeur__Anticoagulants.htm