



# Güvenli tromboz bakımı Senin mahallende

Antikoagölan

Bu broşür şu kişi tarafından derlenmiştir  
TromboseZorg Dichtbij

## Giriş

*Antikoagölan ilaçlar (veya kan sulandırıcılar) kanın pıhtılaşmasını (sertleşmesini) azaltır. Böylece tromboz geliştirme ihtimaliniz daha azdır. Antikoagölan ilaçların yanlış kullanımı tehlikeli olabilir.*

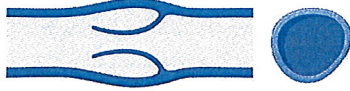
*Bu nedenle antikoagölan ilaçların ne işe yaradığını, nasıl alınacaklarını bilmeniz ve doktorunuzun tavsiyelerine uymanız önemlidir. Burada size antikoagölan ilaçlar ve tromboz hakkında daha fazla bilgi veriyoruz.*

## Tromboz hakkında

Trombozda, bir kan damarı bir kan pıhtısı tarafından tıkanır. Sonuç olarak, kan artık düzgün şekilde akmamaktadır. Tromboz bir toplardamarda (ven) veya bir atardamarında (arter) gelişebilir.

### Toplardamarda tromboz

Toplardamarlar, kanı vücuttan kalbe geri getiren kan damarlarıdır. Toplardamarlar, kanın yanlış yönde akmasını engelleyen ince duvarlara ve valflere sahiptir.

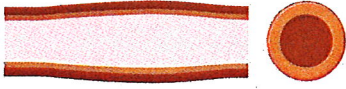


Ader (vene)

Bir tromboz bir toplardamarı tıkadığında buna venöz tromboz diyoruz. Bu tromboz genelde bacak veya karın boşluğundadır. Pıhtı koştığında akciğerlerdeki küçük damarlara sıkışır. Biz buna pulmoner emboli diyoruz. Pıhtı akciğerlerin kendisinde de oluşabilir, buna pulmoner emboli de denir. Örneğin bacaklardaki büyük, derin damarlardaki tromboz, derin venöz tromboz (DVT) olarak adlandırılır.

### Atardamarda tromboz

Atardamarlar, kanı kalpten tüm vücuda taşıyan kan damarlarıdır. Bu atardamarlarının kalın, elastik bir duvarı vardır. Atardamarlarda kan hızla akar.

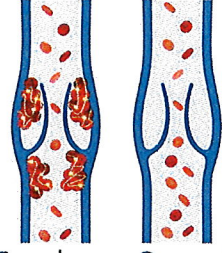


Slagader (arterie)

Bir tromboz bir atardamarı (arter) tıkadığında buna arteriyel tromboz diyoruz. Pıhtı koştığında kalbin içinde veya beyindeki küçük damarlarda sıkışır. Bu duruma kalp krizi veya felç diyoruz.

## Tromboz nasıl oluşur?

Trombozda pıhtılaşma sistemi dengesizleşmiştir. Kanımız, bir yara durumunda kanınızın pıhtılaşmasını sağlayan maddeler içerir. Böylece, vücudun kanamayı durduran bir pıhtı oluşturmaya neden olur. Kanama durduğunda pıhtı da tekrar yok edilir. Trombozda bu sistem dengesini kaybederek ihtiyaç duyulmayan yerlerde pıhtı oluşmasına neden olur.



Trombose Gezond

*Toplardamarda tromboz*

## Antikoagülan ilaçlar hakkında

Antikoagülan ilaçlar (veya kan sulandırıcılar), kanın pıhtılaşmasını daha az hızlandıran ilaçlardır. Böylece tromboz geliştirme ihtimaliniz daha azdır.

### Size antikoagülan ilaçlar ne zaman verilir?

Çeşitli hastalıklarda veya belirli bir müdahale veya ameliyatta tromboz riski daha yüksektir. Tromboza (tekrar) yakalanma ihtimalinizi azaltmak için size antikoagülan ilaçlar veriyoruz. Aşağıda belirtilen hastalıklar, müdahaleler veya ameliyatlara için antikoagülan ilaçlar reçete ediyoruz:

- Atriyal veya atriyal fibrilasyon gibi bir kalp ritmi bozukluğunda
- Yapay kalp kapakçığında
- Anjiyoplasti veya stent yerleştirilmesi sonrasında
- Bir tromboz sonrasında
- Bir felç veya kalp krizi sonrasında
- Bir ameliyat sonrasında veya daha az hareketli olduğunuz alçı takılı iken
- Kalıtsal pıhtılaşma hastalığı olması durumunda
- Kanserde, özellikle tedavi esnasında

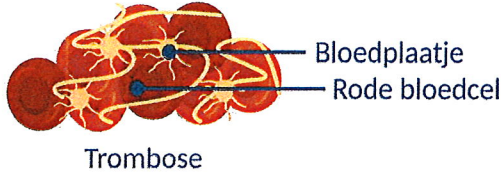
### Antikoagülan ilaç türleri

Dört tip antikoagülan ilaç vardır. Hangi ilacı kullanacağınızı doktorunuz belirleyecektir.

#### *Trombosit kısıtlayıcıları veya trombosit agregasyon kısıtlayıcıları (TAR)*

Trombositler, bir pıhtı oluşturmak için birbirine yapışan küçük hücrelerdir. TAR'lar trombositleri daha az yapışkan hale getirir, böylece bir pıhtı oluşma olasılığı daha düşüktür.

TAR'lar genelde atardamarlarda tromboz (ihtimali) için kullanılır. TAR'lar (nispeten) kullanımı kolayca kullanılan ,hafif' kan sulandırıcılardır. TAR'lar tabletlerdir. Genellikle tek doz halinde verilirler ve kanınızı kontrol ettirmeniz gerekmez.



#### *K Vitamini Antagonistleri (VKA)*

K vitamini, karaciğerinizin pıhtılaşma faktörleri üretmek için kullandığı bir maddedir. Bu nedenle K vitamini kısıtlayarak daha az pıhtılaşma faktörü üretilir. Sonuç olarak, kanınız daha az hızlı pıhtılaşacaktır.

VKA'lar genelde yapay kapakçıklarda, atriyal fibrilasyonda ve trombozda kullanılır. VKA'lar tabletlerdir. Kaç tane VKA'ya ihtiyacınız olduğunu belirlemek zordur. VKA kullanıyorsanız, örneğin hastalık, farklı bir beslenme düzeni veya ilaçlarınızdaki değişiklikler nedeniyle kanınız çok yavaş veya çok hızlı pıhtılaşabilir. Bu nedenle VKA kullanıyorsanız tromboz servisine kayıt olursunuz. Tromboz servisinde kanınız düzenli olarak kontrol edilecektir. Alabileceğiniz VKA miktarı, kanınızdaki değerlere göre belirlenir.

Tromboz servisi, VKA'lar hakkında sorularınızı cevaplandırmak için her zaman hazırdır.

#### *Doğrudan Oral Antikoagülasyon (DOAC)*

DOAC'lar bacaklarda tromboz, pulmoner emboli ve atriyal fibrilasyonda trombozu önlemek için kullanılır. DOAC'lar tabletlerdir. DOAC'lar, VKA'lar kadar iyi çalışır. DOAC'ların istikrarlı bir etkisi vardır ve kullanımları (nispeten) kolaydır. Kan pıhtılaşması çok yavaş veya çok hızlı olmaz. Bu nedenle, DOAC'lar kullandığınızda kanınızı kontrol etmenize gerek yoktur. Her gün doktorun önerdiği şekilde sabit bir doz alırsınız.

DOAC'ların kısa bir etkisi vardır ve vücudunuzdan hızla kaybolurlar. Tabletleri almayı unutursanız, tromboz riski artar. Bu nedenle tabletleri almayı unutmanız önemlidir.

#### *Düşük Moleküler Ağırlıklı Heparin (LMWH)*

Düşük Moleküler Ağırlıklı Heparinler, enjeksiyon şeklinde verilen antikoagülan ilaçlardır. Bu enjeksiyonları deri altına uygulayabilirsiniz (veya uygulatabilirsiniz). Doktorunuz, LMWH dozunu (miktarını) böbrek fonksiyonunuza, kilonuza ve kan sulandırıcı kullanma nedeninize göre belirleyecektir.

LMWH enjeksiyonları aşağıda belirtilen durumlarda reçete edilir:

- yatak istirahati süreniz olduğunda.
- hamileyseniz ve venöz trombozu veya artmış tromboz riskiniz olduğunda.
- bir tromboz veya pulmoner emboli sonrasında, tromboz servisinin vermiş olduğu tabletlere henüz yeterince hazır olmadığınızda.
- bir operasyon veya örneğin bir (diş) tedavisi ile bağlantılı olarak kendi antikoagülan ilaçlarınızı geçici olarak durdurmak zorunda kaldığınızda (biz buna destekleme veya köprüleme diyoruz).

## Antikoagülan ilaçlar alırken nelere dikkat edilmelidir?

Antikoagülan ilaçlar kanınızın pıhtılaşmasını daha az hızlandırır ve bu durum tromboz riskini azaltır. Daha yavaş kan pıhtılaşması, daha kolay kanamanızı da sağlar. Bir yara (vücudunuzun dışında veya içinde) daha uzun ve daha ağır kanar.

Antikoagülan ilaçları doğru kullanmanız ve doktor tavsiyelerine uymanız çok önemlidir. Aksi takdirde, ilaçlar tehlikeli olabilir. Kan pıhtılaşmanız çok yavaş olduğunda kanamayı durdurmak çok zor olabilir. Bu nedenle kanamanın uyarıcı belirtilerine dikkat etmelisiniz.

### Bir kanama uyarıcı belirtileri

Aşağıdaki durumlarda derhal sizi tedavi eden uzmanınızla, aile hekiminizle veya tromboz servisiyle (eğer orada tedavi görüyorsanız) iletişime geçin:

- Kırmızı renkli idrar
- Simsiyah dışkı veya dışkıda kan
- Kol veya bacakta kontrol kaybı, çarpık bir yüz veya düzgün konuşamama
- Karında ani, şiddetli ağrı
- Çapı 10 santimden daha büyük olan büyük bir morluk
- Belirgin bir neden olmaksızın ani morluk oluşumu
- Yarım saatten fazla süren uzun süreli burun kanaması
- Öksürerek kan çıkarma veya kan kusma

### Diğer ilaçlarla kombine etmek

Bazı ilaçlar antikoagülan ilaçların çalışma şeklini etkileyebilir. Bunu yaparken, etkiyi artırır veya etkiye karşı koyarlar. Eczanenizin, sizi tedavi eden doktorunuzun ve tromboz servisinin, aldığınız ilaçlara ilişkin güncel bir genel döküme sahip olmaları çok önemlidir. Bu durum, örneğin eczaneden reçetesiz satın aldığınız ilaçlar için de geçerlidir. İstendiğinde daima güncel bir ilaç dökümüne sahip olduğunuzdan emin olun.

### Antikoagülan ilaçlarla cerrahi ve prosedürler

Antikoagülan ilaç tedaviniz esnasında size müdahale mi edilmeli, dış tedavisi veya ameliyat mı olmak zorundasınız? Sizi tedavi eden doktorunuza ve anestezi uzmanına her zaman antikoagülan ilaç kullandığınızı söyleyiniz.

Bazı işlemlerde kanamayı önlemek için antikoagülan ilacınızı bir süreliğine kesmeniz gerekebilir. Tromboz servisi tarafından tedavi ediliyorsanız, tromboz servisine size bir müdahale yapılacağını veya ameliyat olacağınızı bildirmelisiniz. Hangi ameliyatı olacağınızı ve ne zaman olacağınızı bilmeleri gerekir.

## Antikoagülan ilaçlarla yaşam kuralları

Antikoagülan ilaçları her zaman reçete edildiği şekilde kullanmanız önemlidir. Bir dozu unuttunuz mu? O halde ne yapılması gerektiği konusunda tromboz servisine veya eczacınıza danışınız.

### Tetikte olun

Antikoagülan ilaçların kullanımına karşı siz kendinizin tetikte olmanız da iyidir. Hastaneden eve mi gidiyorsunuz yoksa bakım evine mi gidiyorsunuz? Pıhtılaşmayı önleyici ilaçlarınızın değişmediğinden emin olun. Eve gittiğinizde de her zaman doktorunuza veya hemşirenize antikoagülan ilaçlar aldığınızı söyleyin.



### Egzersiz ve spor

Spor ve egzersiz her zaman iyidir. Egzersiz kan basıncını düşürür ve tromboz riskini azaltır. Ayrıca osteoporoz riskini de azaltır.

Kanama riskini artıran bazı sporları yapmanızı önermiyoruz. Antikoagülan kullandığınız için kanamanız daha uzun sürer ve kanamayı durdurmak daha az kolaydır. Önermediğimiz sporlar şunlardır:

- (Kick) boks ve judo gibi temas sporları
- Tüplü dalış ve 2500 metrenin üzerinde dağcılık

### Tatil

Her zaman seyahatiniz boyunca yanınızda yeterli ilaç bulundurduğunuzdan emin olun. Yanınızda muhtemelen İngilizce olarak güncel bir ilaç listesi bulundurun. Bu ilaç listesini tromboz servisinden veya eczaneden talep edebilirsiniz. Tatilde bir şey olursa, acil servis görevlilerine pıhtılaşma önleyici ilaç kullandığınızı söyleyin ve ilaç listesini gösterin.

## Daha fazla bilgi

Burada ayrıca en önemli verileri içeren ücretsiz bir kişisel Antikoagülan Kartı talep edebilirsiniz:

### **Antistollingscentrum TromboseZorg Dichtbij**

Kerkeland 3

6651 KN Druten

T: 0487-740400

E: [info@tzd.nl](mailto:info@tzd.nl)

W: [www.trombosezorgdichtbij.nl](http://www.trombosezorgdichtbij.nl)

Pazartesi'den cumaya kadar mevcut

08.00 – 12.00 i od 13.00 – 16.00

### **Federatie van Nederlandse Trombosediensten (FNT)**

#### **(Hollanda Tromboz Servisleri Federasyonu)**

Rijnsburgerweg 10, 2333 AA Leiden

Telefon: (071) 561 77 76

Web site: [www.fnt.nl](http://www.fnt.nl)

E-posta: [fnt@fnt.nl](mailto:fnt@fnt.nl)

Antikoagülan ilaçlar hakkında daha fazla bilgi için [thuisarts.nl](http://thuisarts.nl):

- Kan sulandırıcı (DOAC) kullanıyorum. Nelere dikkat etmeliyim?
- Kan sulandırıcı (kumarin) kullanıyorum. Nelere dikkat etmeliyim?
- Kan sulandırıcı (trombosit kısıtlayıcısı) kullanıyorum. Nelere dikkat etmeliyim?
- Kan sulandırıcımı almayı unuttum

## Sormak istediğiniz bir şey var mı?

Sormak istediğiniz bir şey var mı? Bunları doktorunuza veya aile hekiminize, tromboz servisine veya eczacınıza iletin.

**TromboseZorg**  
Dichtbij 