

服用抗凝血劑衛教指導



1. 抗凝血劑的作用：可延長血液凝固時間，進而預防血栓的產生。
2. 服用的時間長短則依每個病人而不同，有的須終身服用，如沒有醫師囑咐不可擅自停藥或增量，且勿自行服用其他成藥，以免影響藥物效果。
3. 醫師會定期為您測試凝血酶原時間（Prothrombin Time，簡稱 P.T.），並調整適合的劑量，這種血液測試在治療初期較頻繁，一旦劑量調整好後，次數便可減少。
4. 儘量保持您固定的飲食習慣，以免因為您的飲食型態改變太大而影響藥物的作用，並避免抽菸及飲酒。
5. 使用軟毛牙刷，以減少牙齦出血。
6. 避免從事可能造成受傷的運動或活動。
7. 避免用力擤鼻或挖鼻孔，以避免黏膜損傷。
8. 食用溫和無刺激性、高蛋白、高熱量食物。
9. 如欲拔牙，肌肉注射或行其他手術，應請教您的主治醫師（最好先停用抗凝血劑五天後再行拔牙以免造成流血不止）。
10. 您仍然可從事一些安全的運動，如慢跑、游泳，這些運動也可以幫助血液循環，但會有身體衝撞的劇烈運動，則應該避免以減少受傷機會。
11. 如有下列情形，例如：皮膚容易瘀青、小便變紅或深棕色、牙齦易出血、咳血、流鼻血、大便變黑或有血、月經出血量異常增多、傷口流血不止等現象，請自行停止服用抗凝血劑並立即就診，若出血嚴重，則應到急診室求診。
12. 如去別家醫院就診，請主動告知醫師，您有服用抗凝血劑。

參考文獻：

蔡仁貞、梁穎、洪美英、高秋惠、楊易宏、張效煌(2016)，心臟疾病護理·於劉雪娥總校閱·成人內外科護理上冊(七版，806-811 頁)·台北市：華杏。

