

Nota informativa per pazienti addestrati all'automonitoraggio della coagulazione

Parte 1 – Automisurazione INR

- Misurare il valore INR una volta alla settimana e annotarlo sulla propria tessera dei valori della coagulazione.
- Accertarsi di eseguire correttamente la misurazione, in particolare di applicare la goccia di sangue sulla striscia reattiva entro 15 secondi.
- Qualora il valore INR misurato sia esterno al range terapeutico predefinito, adattare la dose del farmaco e controllare di nuovo il valore INR dopo 2 giorni.
- Definire con il medico il valore INR inferiore, superato il quale è opportuno mettersi in contatto con lui.
- In caso di valori INR superiori a 4,5 occorre in ogni caso contattare il medico.
- Esaminare i valori INR misurati circa ogni 3 mesi con il proprio medico curante.



Parte 2 – Coagulazione del sangue

- La coagulazione del sangue si basa su 3 principi: spessore dei vasi sanguigni, piastrine del sangue e fattori della coagulazione.
- Per la sintesi dei fattori della coagulazione è necessaria la vitamina K. La vitamina K viene in parte assunta con gli alimenti e in parte sintetizzata dai batteri intestinali.
- I fattori della coagulazione vengono sintetizzati dal fegato con l'ausilio della vitamina K.
- Le terapie anticoagulanti, come Marcumar®, Coumadin® o Falithrom®, ecc., inibiscono l'azione della vitamina K nel fegato. Di conseguenza, vengono prodotti meno fattori della coagulazione.
- Ciò significa che, in caso di assunzione di questi farmaci, il tempo di coagulazione del sangue è un po' più lungo.
- Tale effetto ha lo scopo di proteggere da fenomeni indesiderati nell'organismo, quali la formazione di coaguli sanguigni, trombosi o embolia.



Parte 3 – Adattamento della dose

- A seconda del tipo di patologia, il medico stabilirà il range terapeutico adatto al caso specifico.
- Accertarsi che i valori INR siano sempre entro il range terapeutico predefinito. I valori entro tale range offrono infatti la massima sicurezza possibile di non incorrere in una trombosi/embolia tanto meno in un'emorragia.
- Se il valore INR è entro il range terapeutico predefinito, continuare ad assumere la prevista dose del farmaco.
- Se il valore INR è troppo elevato, il rischio di coagulazione aumenta.
- Se il valore INR è troppo basso, il rischio di trombosi aumenta.



- Se il valore INR non è entro il range terapeutico, è necessario adattare la dose del farmaco.
- In caso di valori INR troppo elevati, occorre assumere meno compresse.
- In caso di valori INR troppo bassi, occorre assumere più compresse.
- Dopo aver corretto la dose monitorare di nuovo il valore INR dopo 2 giorni.
- Se il valore INR è rientrato nel range terapeutico predefinito, è possibile eseguire la successiva misurazione dopo 1 settimana, come di consueto, e continuare ad assumere le compresse come previsto.
- Se il valore INR continua ad essere esterno al range terapeutico, è necessario un ulteriore adattamento della dose del farmaco. In tal caso si raccomanda di effettuare a breve termine una nuova misurazione del valore INR.
- Se il valore INR nuovamente misurato rientra ora nel range terapeutico, è possibile assumere il farmaco come previsto ed effettuare di nuovo la misurazione dopo 1 settimana.
- Qualora il valore INR continui ad essere esterno al range terapeutico, contattare il medico curante.



Parte 4 – Alimentazione e situazioni particolari

- Si noti che i diversi alimenti assunti possiedono un contenuto variabile di vitamina K.
- In caso di alimentazione bilanciata, l'apporto di vitamina K è di norma equilibrato. Tuttavia, qualora l'apporto di vitamina K tramite l'alimentazione fosse soggetto a forti variazioni (ad es. a seguito di digiuni, diete, ecc.), si raccomanda di misurare più spesso il valore INR.
- Correggere eventualmente la dose del farmaco anticoagulante, come descritto dettagliatamente nella parte 3.
- Anche il consumo di alcol può influenzare i valori INR. L'automonitoraggio dei valori INR consente di verificare se e in quale misura il consumo di alcol modifica tali valori. Potrebbe essere necessario adattare la dose.
- Si noti che la sospensione di farmaci oppure l'assunzione supplementare di nuovi farmaci può influenzare i valori INR. Anche in questi casi si prega di effettuare misurazioni più frequenti dei valori INR.
- Informare i medici curanti (in particolare in caso di iniezioni oppure interventi chirurgici) che si stanno assumendo farmaci anticoagulanti.
- In caso di intervento chirurgico, definire con il medico curante se e quando occorre interrompere il farmaco anticoagulante.
- Verificare inoltre se sono necessari altri farmaci per sopperire alla terapia.
- In caso di viaggio, portare con sé il proprio apparecchio CoaguChek nel bagaglio a mano.
- Accertarsi inoltre di avere a disposizione una sufficiente quantità di farmaci, strisce reattive, lancette e batterie di ricambio.



Le immagini hanno potuto essere utilizzate per gentile concessione di © Ulrike Didjurgeit del gruppo di lavoro programmi di formazione e trattamento strutturati, DieM, Istituto per la medicina basata sulle evidenze, Colonia.