

Leki przeciwzakrzepowe

Przewodnik dla pacjenta

Proste i praktyczne wskazówki, które pomagają chronić Twoje zdrowie i oferują wsparcie

Leki te przepisuje się, aby chronić pacjentów **przed schorzeniami mogącymi zagrozić ich życiu** ¹.

Rozpoczęcie leczenia przeciwzakrzepowego może wydawać się poważną decyzją, zwłaszcza dla osób, które martwią się o to, że może dojść do krwawienia. Należy jednak pamiętać, że na ogół zgłaszane **korzyści przewyższają ryzyko, nawet w przypadku osób starszych lub bardziej narażonych na krwawienia** ^{2,3}.

Broszura zawiera jasne odpowiedzi na często zadawane pytania oraz proste wskazówki i praktyczne porady, które pomogą pacjentom i ich bliskim poczuć się pewniej na każdym etapie i zwiększyć poziom wiedzy.

Czytaj dalej i dowiedz się więcej >



Broszura przeznaczona dla pacjentów, którym przepisano leki przeciwzakrzepowe. Służy wyłącznie celom edukacyjnym i nie zastępuje porady medycznej.

SANDOZ



Czym są zakrzepy krwi?

Zakrzepy krwi to element naturalnego sposobu zatrzymania krwawienia w organizmie⁴. Proces ten jest również znany jako **koagulacja** i nie pozwala, aby drobne skaleczenia lub urazy stały się poważniejszym problemem⁴.

Czym jest zakrzepica?



Zakrzepica występuje, gdy w naczyniach krwionośnych tworzą się niechciane zakrzepy⁴.

Te zakrzepy krwi mogą **przemieszczać się** przez krwiobieg; **spalniając lub blokując** krążenie oraz, ewentualnie, **powodując poważne problemy zdrowotne**⁴.

Określone warunki – takie jak operacja, unieruchomienie, nieregularne bicie serca lub przewlekła choroba – mogą **zwiększyć ryzyko** powstania zakrzepów⁴.

Co to jest choroba zakrzepowo-zatorowa?

Jeśli zakrzep się oderwie i przemieści wraz z krwią, może zablokować jej przepływ do ważnych narządów i doprowadzić do następujących problemów zdrowotnych:^{4,5}



Zatorowość płucna

zablokowanie naczyń krwionośnych płuc



Udar mózgu

zablokowanie przepływu krwi wewnątrz mózgu



Zawał serca

blokada w tętnicach serca



Zakrzepica żył głębokich

blokada w żyłach głębokich, zwykle w nogach

Osoby, u których wystąpiło którekolwiek z tych schorzeń, są bardziej narażone na kolejne zdarzenie tego typu.



Odpowiednie leczenie przeciwzakrzepowe często może zmniejszyć tworzenie się zakrzepów krwi lub mu zapobiec⁴.



Czym są leki przeciwzakrzepowe?

Osobom narażonym na powstanie niebezpiecznych zakrzepów krwi lekarz może przepisać **lek przeciwzakrzepowy**¹.

Leki przeciwzakrzepowe, zwane również **lekami rozrzedzającymi krew**, w rzeczywistości jej nie rozrzedzają, ale **zmniejszają krzepliwość**, aby utrzymać płynny przepływ krwi¹.

Są one powszechnie stosowane w celu **zapobiegania zakrzepom** w schorzeniach takich jak **zakrzepica żył głębokich**, **migotanie przedsionków** (nieregularne bicie serca) i **zatorowość płucna**^{1,6}.



Rodzaje leków przeciwzakrzepowych

Istnieją różne rodzaje **leków przeciwzakrzepowych**. Wszystkie wymagają jakiejś formy **regularnego monitorowania** pacjentów. Lekarz dobiera lek do **indywidualnych potrzeb danej osoby**¹.

- **DOAC** (ang. direct oral anticoagulants), czyli bezpośrednie doustne antykoagulanty, to **nowoczesne** leki przeciwzakrzepowe, które **przyjmuje się doustnie**, często raz lub dwa razy na dobę^{1,6}.
- **VKA** (ang. vitamin K antagonists), czyli antagoniści witaminy K, to leki przeciwzakrzepowe, które wymagają **przestrzegania określonych ograniczeń dietetycznych i stosowania różnych dawek dobowych**^{1,7}.
- **Wstrzykiwane leki przeciwzakrzepowe** są zwykle stosowane w **leczeniu krótkoterminowym** lub w szpitalach¹.
- **Leki przeciwpyłkowe** działają inaczej niż leki rozrzedzające krew, ponieważ **zapobiegają zlepianiu się płytek krwi**¹.



Choć każdy lek przeciwzakrzepowy pomaga zapobiegać zakrzepom, mają one inny mechanizm działania i są stosowane w leczeniu różnych schorzeń¹.

Wskazówki dotyczące bezpiecznego stosowania leku przeciwzakrzepowego

Leki przeciwzakrzepowe spowalniają krzepnięcie. W związku z tym zatrzymanie krwawienia może potrwać dłużej¹. Oto kilka wskazówek dotyczących bezpieczeństwa podczas leczenia przeciwzakrzepowego:



Zawsze przyjmuj leki o tej samej porze dnia, zgodnie z zaleceniami⁸.



Przed operacją lub zabiegiem stomatologicznym poinformuj lekarza o przyjmowaniu leku przeciwzakrzepowego⁹.



Unikaj określonych leków przeciwbólowych⁹.



Ogranicz spożywanie alkoholu, suplementów oraz pewnych niektórych produktów spożywczych i napojów^{1,9}.



Unikaj sportów wysokiego ryzyka i używaj sprzętu ochronnego podczas pracy, zajęć w ogrodzie i uprawiania hobby^{1,9}.



Unikaj nowych tatuaży, kolczyków lub nieprofesjonalnego manicure'u, ponieważ mogą one powodować niewielkie skaleczenia i zwiększać ryzyko krwawienia⁹.



Zwracaj uwagę na oznaki nietypowego krwawienia lub siniaki¹.

W przypadku pytań dotyczących powyższych kwestii należy skontaktować się z lekarzem lub farmaceutą.

Dlaczego regularne przyjmowanie leków przeciwzakrzepowych jest ważne?

Martwienie się o ewentualne krwawienie jest normalne, ale **korzyści płynące z zapobiegania udarowi lub zakrzepom są większe** niż ryzyko krwawienia².

Leki przeciwzakrzepowe mogą obniżyć ryzyko udaru mózgu o

↓ 64%¹⁰

U osób z nieregularnym biciem serca (migotanie przedsionków) leki przeciwzakrzepowe zmniejszają ryzyko udaru o prawie dwie trzecie, a ryzyko zgonu o ponad jedną czwartą.

Zgłaszane korzyści na ogół przewyższają ryzyko, nawet w przypadku osób starszych lub bardziej narażonych na krwawienia^{2,3}.

Nawet osoby obarczone wysokim ryzykiem krwawienia, mogą zmniejszyć ryzyko udaru mniej więcej o połowę, przyjmując lek przeciwzakrzepowy.

Leczenie przeciwzakrzepowe może chronić Cię przez długi czas¹¹.

U osób, u których doszło do powstania zakrzepu krwi, stosowanie leczenia przeciwzakrzepowego przez co najmniej rok może zmniejszyć ryzyko wystąpienia kolejnego zakrzepu o ponad dwie trzecie.



Lek przeciwzakrzepowy należy przyjmować codziennie zgodnie z zaleceniami – pomaga to zapobiegać poważnym zakrzepom i udarom mózgu, nawet u osób z grupy bardziej narażonych na wystąpienie krwawienia^{2,3}.

Często zadawane pytania na temat leków przeciwzakrzepowych

1

Co zrobić, jeśli zbliża się termin operacji lub zabiegu stomatologicznego?

Zawsze wcześniej skontaktuj się z lekarzem lub stomatologiem. Może być konieczne odstawienie leku przeciwzakrzepowego przed zabiegiem – a następnie jego ponowne wdrożenie – ale tylko **pod opieką lekarza.**

3

Czy mogę przyjmować leki przeciwbólowe w trakcie leczenia przeciwzakrzepowego?

Unikaj stosowania leków przeciwbólowych, takich jak niesteroidowe leki przeciwzapalne (NLPZ), chyba że lekarz na to zezwoli. Warto również najpierw zapytać farmaceutę w przypadku konieczności zastosowania innych leków przeciwbólowych.

2

Co zrobić, jeśli w przypadku urazu lub krwawienia?¹

W przypadku niewielkich skaleczeń należy naciskać ranę, aż krwawienie ustanie. Jeśli krwawienie jest obfite, nie ustępuje lub jeśli masz uraz głowy, **natychmiast zwróć się po pomoc medyczną.**

4

Co zrobić, jeśli zapomnę przyjęć dawkę leku?⁸

Pominiętą dawkę przyjmij, gdy tylko sobie o niej przypomnisz – chyba że zbliża się czas zażycia następnej dawki. Nigdy nie przyjmuj podwójnej dawki. W razie wątpliwości **skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.**



Masz pytania?

W razie jakichkolwiek wątpliwości, np. związanych z działaniami ubocznymi, pominiętymi dawkami lub sposobem działania leku, skontaktuj się z lekarzem, pielęgniarką lub farmaceutą. Pomogą zadbać o Twoje bezpieczeństwo i dobre samopoczucie.



Dlaczego wsparcie jest ważne podczas leczenia?

Pamiętaj, że nie musisz mierzyć się z leczeniem samodzielnie.

Stosowanie leków przeciwzakrzepowych może być czasami przytłaczające, ale posiadanie wsparcia u swojego boku – rodziny, przyjaciół lub innych osób – może znacznie ułatwić leczenie:^{12,13}



Zaangażuj swoich bliskich

Pokaż tę broszurę bliskiej Ci osobie. Możecie porozmawiać o tym, co ważne, zadawać pytania i wspierać się nawzajem.



Mogą pomóc Ci postępować zgodnie z zaleceniami

Niezależnie od tego, czy chodzi o przypomnienie o zażyciu leku, pomoc w przyjeździe na badania lub po prostu obecność, wsparcie innych może pomóc Ci w przestrzeganiu planu leczenia.



Nawiąż kontakt z innymi osobami w podobnej sytuacji

Dołączenie do grupy wsparcia lub rozmowa z kimś, kto również stosuje leczenie przeciwzakrzepowe, może zwiększyć Twoją pewność siebie i komfort oraz dostarczyć przydatnych wskazówek.

Nawet **proste rzeczy** mogą pomóc Ci kontrolować leczenie i czuć się **pewniej każdego dnia**¹².

**Nie wahaj się, aby uzyskać potrzebne wsparcie.
Porozmawiaj ze swoim lekarzem, pielęgniarką, grupą wsparcia lub farmaceutą o swoich obawach lub wątpliwościach.**

Ważne informacje do zapamiętania:



Zadbaj o wsparcie —
nie musisz mierzyć się
z leczeniem samodzielnie.



Leki przeciwzakrzepowe
chronią przed poważnymi
powikłaniami w przyszłości¹.



Lek należy przyjmować
zgodnie z zaleceniami,
codziennie o tej samej porze⁸.



Leki przeciwzakrzepowe
pomagają zapobiegać
powstawaniu niebezpiecznych
zkrzepów, ale mogą utrudniać
zatrzymanie krwawienia¹.



Przed każdą operacją lub
zabiegiem stomatologicznym
zawsze informuj lekarza
lub stomatologa o leczeniu
przeciwzakrzepowym⁹.



Jeśli zauważysz nietypowe
krwawienie lub zasinienie,
natychmiast skontaktuj się
z lekarzem¹.

Ważne informacje i dane kontaktowe

Uzupełnij obie karty,
wpisując swoje dane i dane
zaufanego członka rodziny
lub opiekuna. Przez cały
czas miej przy sobie jedną
kartę, a drugą daj bliskiej Ci
osobie.

W sytuacjach nagłych karty
te mogą pomóc zespołom
medycznym szybko
i bezpiecznie zapewnić
najlepszą możliwą opiekę.

MOJE DANE

Imię: _____

Nazwisko: _____

Data urodzenia: ____/____/____ Grupa krwi: _____

Imię i nazwisko oraz numer telefonu
opiekuna / zaufanego członka rodziny:



SANDOZ



MOJE DANE

Imię: _____

Nazwisko: _____

Data urodzenia: ____/____/____ Grupa krwi: _____

Imię i nazwisko oraz numer telefonu
opiekuna / zaufanego członka rodziny:



SANDOZ



Piśmiennictwo: **1.** InformedHealth.org. Kolonia, Niemcy: Institute for Quality and Efficiency in Health Care (IQWiG). In brief: What are anticoagulants? Treść dostępna na stronie: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279433/>. Dostęp: sierpień 2025 r. **2.** Akashi S, Oguri M, Ikeno E, *et al.* JAMA Netw Open. 2022;5(8):e2228500. **3.** Blann AD, Banerjee A, Lane DA, *et al.* Int J Cardiol. 2015;201:693-8. **4.** HRI. Health. Cardiovascular disease. Blood clots: symptoms and causes. Treść dostępna na stronie: <https://www.hri.org.au/health/learn/cardiovascular-disease/blood-clots>. Dostęp: sierpień 2025 r. **5.** NIH. Venous thromboembolism. Pulmonary embolism (PE). Treść dostępna na stronie: <https://www.nhlbi.nih.gov/health/pulmonary-embolism>. Dostęp: sierpień 2025 r. **6.** Malik A, Ha NB, Barnes GD. J Clin Med. 2024;13(1). **7.** Amaraneni A, Chippa V, Goldin J, *et al.* StatPearls. StatPearls Publishing. Treść dostępna na stronie: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK519025/>. Dostęp: sierpień 2025 r. **8.** NHS. Anticoagulant medicines. Dosage. Treść dostępna na stronie: <https://www.nhs.uk/conditions/anticoagulants/dosage/>. Dostęp: sierpień 2025 r. **9.** NHS. Anticoagulant medicines. Considerations. Treść dostępna na stronie: <https://www.nhs.uk/conditions/anticoagulants/considerations/>. Dostęp: sierpień 2025 r. **10.** Hart RG, Pearce LA, Aguilar MI. Ann Intern Med. 2007;146(12):857-67. **11.** Weitz JI, Lensing AWA, Prins MH, *et al.* N Engl J Med. 2017;376(13):1211-22. **12.** Cardi-OH. Family support as a key component of cardiovascular disease prevention and care. Treść dostępna na stronie: <https://www.cardi-oh.org/assets/education-tools/family-support-as-a-key-component-of-cardiovascular-disease-prevention-and-care.pdf>. Dostęp: sierpień 2025 r. **13.** Mills F, Drury J, Hall CE, *et al.* Communications Psychology. 2025;3(1):40.

MED/082/09-2025 – sierpień 2025

SANDOZ

PRZYJMIJĘ LEK PRZECIWZAKRZEPOWY

Powód leczenia: _____

Nazwa leku przeciwzakrzepowego: _____

Dawka: _____ mg x _____ tabletka(i) codziennie

Inne leki: _____



SANDOZ

Ważne informacje i dane kontaktowe

Uzupełnij obie karty, wpisując swoje dane i dane zaufanego członka rodziny lub opiekuna. Przez cały czas miej przy sobie jedną kartę, a drugą daj bliskiej Ci osobie.

W sytuacjach nagłych karty te mogą pomóc zespołom medycznym szybko i bezpiecznie zapewnić najlepszą możliwą opiekę.

PRZYJMIJĘ LEK PRZECIWZAKRZEPOWY

Powód leczenia: _____

Nazwa leku przeciwzakrzepowego: _____

Dawka: _____ mg x _____ tabletka(i) codziennie

Inne leki: _____



SANDOZ