

Traitement par les anti-vitamines K

Vous suivez un traitement par anti-vitamines K

(par ex : SINTROM, PREVISCAN, PINDIONE, TROMEXANE...).

Le risque hémorragique représente la complication majeure de ce traitement.

Une coopération étroite entre vous, votre médecin traitant et votre biologiste est essentielle pour prévenir au mieux ce risque.

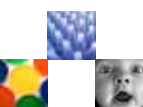
La surveillance biologique du traitement s'effectue au moyen d'un test de coagulation sanguine : le taux de prothrombine ou TP exprimé en % ou par l'INR.

Cet examen doit être réalisé très régulièrement de façon à vérifier que le TP ou l'INR se situent dans la fourchette de valeurs définies par votre médecin traitant.

Un INR stable au cours du temps est souvent difficile à obtenir en raison notamment de la consommation d'aliments riches en vitamines K et de la prise d'autres médicaments pouvant interférer avec les AVK.

C'est pourquoi, il nous semble utile de vous communiquer une liste indicative des principaux aliments riches en vitamine K pouvant entraîner des variations parfois importantes de l'INR.

Richesse en Vit. K (mg Vit. K pour 100 g)	Quantité inhibant l'activité d'1/2 à 3/4 de comprimé de SINTROM ou de PREVISCAN	Aliments	Commentaire
3,0	30 g	Chou, choucroute, chou-fleur, épinards, brocolis, persil.	A éviter
0,8	125 g	Tomates, carottes	Consommation possible sans exagération
0,6	160 g	Foie de porc, foie de veau	
0,3	200 ml	Huile de tournesol	
0,3	330 g	Mûres, fraises, pêches	
0,3	330 g	Haricots verts, haricots blancs, asperges, champignons	



Pour les interférences entre les Antivitamines K et certains médicaments, il faut simplement savoir que votre médecin vérifie avant la prescription de tout nouveau médicament l'absence d'interaction avec les AVK et qu'il vous prescrira une surveillance plus rapprochée de votre INR si nécessaire.

Nous vous rappelons de ne pas prendre d'auto-médication. Attention aux anti-inflammatoires (Voltarene, Feldene, Profenid, Surgam) et à l'aspirine (Aspegic, Solupsan, Catalgine). Ne prenez pas ces médicaments sans en parler à votre médecin.

Par contre vous devez bien connaître les signes de surdosage qui doivent vous faire consulter rapidement votre médecin :

- saignement des gencives
- saignement du nez
- tendance à faire des ecchymoses ou des hématomes
- sang dans les urines
- règles anormalement abondantes

De plus, si votre INR est $< 1,5$ et/ou l'INR $> 4,5$ même sans signes hémorragiques, vous devez également consulter votre médecin.