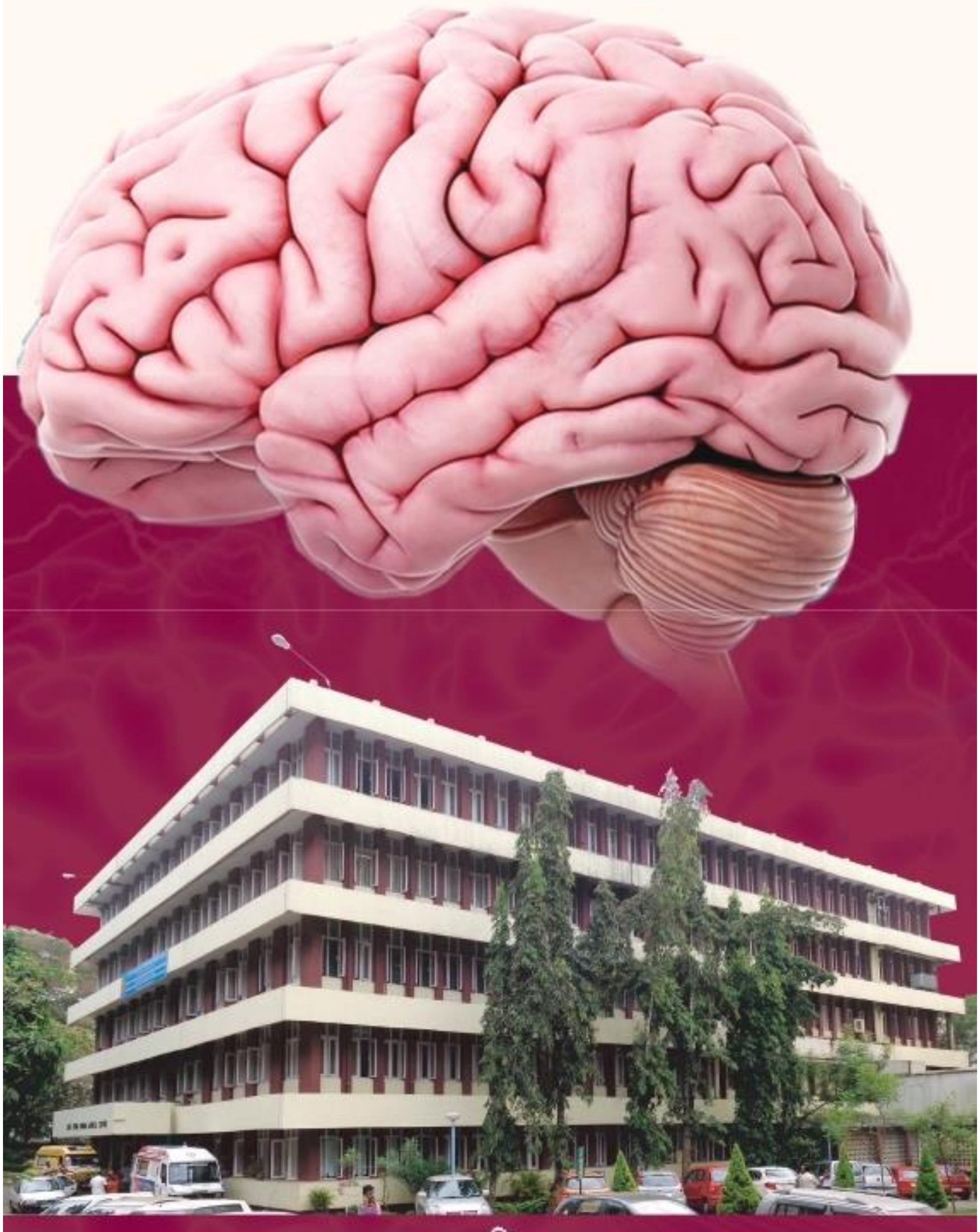
ആന്റികൊയാഗുലേഷൻ - അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ



ശ്രീ ചിത്തിര തിരുന്നാൾ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
ഫോർ മെഡിക്കൽ സയൻസ് & ടെക്നോളജി

തിരുവനന്തപുരം - 695011

ആന്റികൊയാഗുലന്റ് (Anticoagulants)

എന്താണ് ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ?

ഹൃദയത്തിനുള്ളിൽ/രക്തക്കുഴലുകളിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കുന്നത് തടയുന്നതിനുപയോഗിക്കുന്ന മരുന്നുകളാണ്ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ. വാർഫാറിൻ, അസിട്രോം എന്നിവയാണ് സാധാരണയായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ. ഇവയിൽ വാർഫാറിൻ ഏറ്റവും സാധാരണയായി ഉപയോഗിക്കപ്പെടുന്നു.

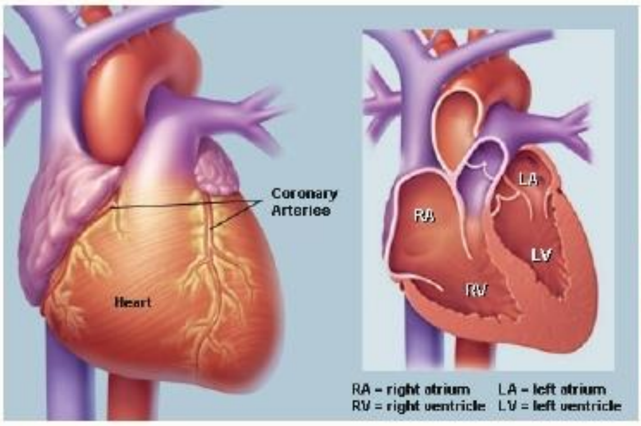
താങ്കൾക്ക് ആന്റികൊയാഗുലന്റ് ഉപദേശിക്കാനുള്ള കാരണം

ഹൃദയത്തിനുള്ളിൽ/രക്തകുഴലുകളിൽ ഏതെങ്കിലും കാരണവശാൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കാനിടയായാൽ ഈ രക്തക്കട്ടകൾ തലച്ചോറിലെത്തി രക്തക്കുഴുകളിൽ തടസ്സമുണ്ടാക്കുകയും അതുവഴി സ്ട്രോക്ക് ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇത്തരത്തിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ടാക്കുന്ന ഹൃദയസംബന്ധമായ രോഗങ്ങളാണ് ഏട്ട്റിയൽ ഫിബ്രറിലേഷൻ (ക്രമം തെറ്റിയുള്ള ഹൃദയമിടിപ്പ്) റുമാറ്റിക് വാൽവുലാർ ഹാർട്ട് ഡിസീസ് (വാതപ്പനിമൂലം ഹൃദയവാൽവുകൾക്കുണ്ടാകുന്ന തകരാറ്) ഹാർട്ട് ഫെയിലുവർ (രക്തം പമ്പുചെയ്യാനുള്ള ഹൃദയത്തിന്റെ കഴിവ് കുറയുന്ന അവസ്ഥ - ഇത് പല കാരണങ്ങൾ മൂലമുണ്ടാകാം), കൃത്രിമ ഹൃദയവാൽവുകളുടെ ഉപയോഗം. ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ രക്തം എളുപ്പത്തിൽ കട്ടപിടിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുകയും അതുവഴി താങ്കൾക്ക് മസ്തിഷകാഘാതം ഉണ്ടാകുന്നതിനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മേൽപ്പറഞ്ഞ അസുഖങ്ങൾ കൂടാതെ തലച്ചോറിനുള്ളിലുള്ള രക്തക്കുഴലുകളിൽ രക്തം കട്ടപിടിക്കുന്ന അവസ്ഥ അപൂർവ്വമായി ചില രക്തസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളിൽ കണ്ടുവരാറുണ്ട്. ഇതിന്റെ ചികിത്സയ്ക്കായും ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിച്ചുവരാറുണ്ട്.

PT-INR (PT പ്രോത്രോംബിൻ ടൈം, INR - ഇന്റർനാഷണൽ നോർമലൈസ്ഡ് റേഷ്യോ) രക്തപരിശോധനയിലൂടെ വാർഫാറിൻ, അസിട്രോം പോലുള്ള ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകളുടെ ഡോസ് ക്രമീകരിക്കാം. രക്തം കട്ടപിടിക്കാനെടുക്കുന്ന സമയദൈർഘ്യം ഈ ടെസ്റ്റിലൂടെ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും. PT ടെസ്റ്റിന്റെ പരിശോധനാഫലം INR (ഇന്റർനാഷണൽ

നോർമലൈസ്ഡ് റേഷ്യോ) എന്ന അളവിലൂടെ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു. മരുന്നിന്റെ ഡോസ് PT-INR പരിശോധനകളുടെ ഫലത്തിന് അനുസരിച്ച് ക്രമീകരിക്കുന്നു. താങ്കളുടെ PT ഒരു തൃപ്തികരമായ അളവിൽ നിലനിർത്തേണ്ടതാണ്. ഈ അളവ് ഡോക്ടർ നിർദ്ദേശിക്കുന്നതാണ്. ഇത് ഓരോ വ്യക്തികളിലും ചിലപ്പോൾ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കാം. പരിശോധനഫലം തൃപ്തികരമായ അളവിൽ അല്ലെങ്കിൽ മരുന്നിന്റെ ഡോസ് കൂട്ടുകയോ കുറയ്ക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. INR തൃപ്തികരമായ അളവിൽ എത്താൻ ഓരോ വ്യക്തിയും കഴിക്കേണ്ട മരുന്നിന്റെ ഡോസ് വ്യത്യാസമായിരിക്കും. PT പരിശോധന ഡോക്ടർമാർ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന രീതിയിൽ കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ ചെയ്യേണ്ടതാണ്. ആദ്യം ഈ പരിശോധന ആവർത്തിച്ചു ചെയ്യേണ്ടിവന്നേക്കാം. എന്നാൽ റിസൾട്ട് തൃപ്തികരമായ അളവിൽ വന്നു കഴിഞ്ഞാൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം പരിശോധനകൾ തമ്മിലുള്ള ഇടവേളകൾ കൂട്ടാം. കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മരുന്നിന്റെ കൃത്യമായ ഡോസും താങ്കളുടെ INR ന്റെ തൃപ്തികരമായ അളവും താങ്കൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. താങ്കളുടെ മരുന്നുഡോസും INR റിസൾട്ടും ക്രമമായ ഒരു ഡയറിയിലോ ചാർട്ടിലോ എഴുതി സൂക്ഷിക്കുക.



ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ട രീതി

ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ നിർദ്ദിഷ്ട ഡോസിൽ മാത്രമേ ഈ മരുന്ന് കഴിക്കുവാൻ പാടുള്ളൂ. എല്ലാ ദിവസവും കൃത്യസമയത്ത് മരുന്ന് കഴിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. മരുന്ന് കഴിക്കുന്നതിന് രണ്ടുമണിക്കൂർ മുൻപോ പിൻപോ ലഘുവായ ഭക്ഷണം മാത്രമേ കഴിക്കാവൂ. ഏതെങ്കിലും കാരണവശാൽ ഒരു ഡോസ് മരുന്നുകഴിക്കാൻ കഴിയാതെ വന്നാൽ അടുത്ത ദിവസം അധികം ഡോസ് കഴിക്കരുത്. പകരം ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം തേടുക.

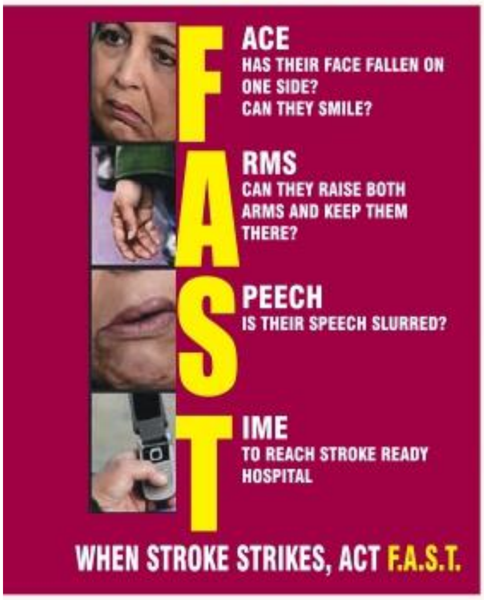
ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകളുടെ പാർശ്വഫലങ്ങൾ

താങ്കളുടെ INR പരിശോധനഫലം തൃപ്തികരമായ അളവിൽ നിലനിർത്തേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. താങ്കളുടെ INR പരിശോധനഫലം തൃപ്തികരമായ അളവിൽ അല്ലെങ്കിൽ ഗുരുതരമായ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാകാവുന്നതാണ്. താങ്കളുടെ INR തൃപ്തികരമായ അളവിലും താഴ്ന്നുനിന്നാൽ ഈ മരുന്നുകൊണ്ടുള്ള ഗുണം ലഭിക്കുകയില്ല. അതായത് രക്തക്കട്ടകൾ വീണ്ടും ഉണ്ടാകാം.

താങ്കളുടെ INR ക്രമാതീതമായി ഉയർന്നുനിന്നാൽ ഉണ്ടാകാവുന്ന രക്തസ്രാവമാണ് ഈ മരുന്നുകളുടെ ഏറ്റവും ഗുരുതരമായ പാർശ്വഫലം. താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഏതെങ്കിലും ലക്ഷണങ്ങൾ കാണുകയാണെങ്കിൽ ആശുപത്രിയിലെ അത്യാഹിത വിഭാഗവുമായി ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്. ഈ ലക്ഷണങ്ങൾ ആന്റികൊഗുലന്റ് മരുന്നുകളുടെ ക്രമം തെറ്റിയുള്ള ഉപയോഗം മൂലമുള്ള ആന്തരിക രക്തസ്രാവത്തിന്റെ ആകാം.

* മസ്തികാഘാത ലക്ഷണങ്ങൾ
* ആന്തരിക രക്തസ്രാവത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ
* ബോധം നഷ്ടപ്പെടുക
* അസാധാരണമായ തലവേദന
* മൂക്കിൽ നിന്നും നിൽക്കാതെയുള്ള രക്തസ്രാവം
  തവിട്ടുനിറത്തിലോ ചുവന്ന നിറത്തിലോ ഉള്ള ഛർദ്ദിൽ/ചുമക്കുമ്പോൾ കഫത്തിൽ ചുവന്ന നിറം
* മൂത്രത്തിലൂടെയോ മലത്തിലൂടെയോ ഉള്ള രക്തസ്രാവം
  ദേഹത്ത് ഒരു കാരണവുമില്ലാതെ രക്തപ്പാടുകൾ

മസ്തിഷ്കാഘാത ലക്ഷണങ്ങൾ



മുഖം (FACE) : നന്നായി ചിരിക്കുവാൻ പറയുക, സ്ട്രോക്കുണ്ടെങ്കിൽ മുഖം ഒരുവശത്തേയ്ക്ക് കോടിപ്പോകും

കൈകൾ (ARMS): കൈ ഉയർത്തുവാൻ പറയുക, സ്ട്രോക്കുണ്ടെങ്കിൽ ബലക്കുറവുകാരണം കൈ താഴേയ്ക്ക് ഊർന്നു പോകും

സംസാരം (SPEECH): സംസാരിക്കുവാൻ പറയുക. അതിനു സാധിക്കാതെ വരികയോ സംസാരം കുഴഞ്ഞു പോവുകയോ ചെയ്യും.

സമയം (TIME): മുകളിൽ പറഞ്ഞ ലക്ഷണങ്ങൾ ഏതെങ്കിലും ഉണ്ടെങ്കിൽ എത്രയും വേഗം രോഗിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക.

ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകളായ വാർഫാറിൻ, അസിട്രോം എന്നിവയെ സ്വാധീനിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ

*ആഹാരരീതി

ആഹാരരീതിയിലുണ്ടാകുന്ന കാര്യമായ വ്യത്യാസം നിങ്ങളുടെ INR പരിശോധനഫലത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിച്ചേക്കാം. ഉദാഹരണത്തിന് വിറ്റാമിൻ K കൂടുതലായി അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ആഹാരവസ്തുക്കൾ INR പരിശോധനഫലത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. കാരണം വിറ്റാമിൻ K രക്തം കട്ടപിടിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഘടകമാണ്. വിറ്റാമിൻ K കൂടുതൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ : ഉദാ: പച്ചിലക്കറികൾ (ചീര, മുരിങ്ങയില മുതലായവ), സോയ ഓയിൽ, ബ്രോക്കോളി, കാബേജ്, ചെതാവേരി കിഴങ്ങ്)

എന്നാൽ പാൽ, കാപ്പി, കട്ടൻചായ, മുട്ട, കോഴിയിറച്ചി, തൈര്, തേൻ, ബ്രഡ്, ഓട്സ്, അരി, പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ, ബീൻസ്, കാരറ്റ്, സവാള, മത്തങ്ങ, തക്കാളി, വെള്ളരി മുതലായവയിൽ വിറ്റാമിൻ K താരതമ്യേന കുറഞ്ഞ അളവിലാണുള്ളത്. വിറ്റാമിൻ K കൂടുതലായി അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ആഹാരപദാർത്ഥങ്ങൾ അമിതമായി ആഹാരത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്. സ്ഥിരമായി ഒരേ ആഹാരരീതി തന്നെ തുടരാൻ ശ്രമിക്കുക.

*മറ്റ് മരുന്നുകൾ

മിക്കവാറുമുള്ള മറ്റ് മരുന്നുകൾ എല്ലാം ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുമായി പ്രതിപ്രവർത്തിക്കുന്നു. മറ്റ് രോഗങ്ങൾക്ക് ചികിത്സ നേടുമ്പോൾ താങ്കൾ നിലവിൽ ആന്റികൊയാഗുലന്റ് ഉപയോഗിക്കുന്ന വിവരം ഡോക്ടറെ അറിയിക്കേണ്ടതാണ്.

ഒന്നോ രണ്ടോ ദിവസത്തിൽ കൂടുതൽ നിലനിൽക്കുന്ന മറ്റ് അസുഖങ്ങൾ, വയറിളക്കം എന്നിവ PT/INR പരിശോധനഫലത്തിന്റെ വ്യത്യാസം ഉണ്ടാക്കാം.

പുതിയ ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ

പുതിയ ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകളായ അപ്പിക്സാബാൻ, റിവറക്സാബാൻ, ഡാബിഗാട്രൻ എന്നിവ ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. ഇത് ആഹാരവസ്തുക്കളുമായോ മറ്റ് മരുന്നുകളുമായോ പ്രതിപ്രവർത്തിക്കാത്തതിനാൽ ഇവയുടെ ഉപയോഗം ക്രമപ്പെടുത്തുന്നതിന് INR പരിശോധനയുടെ ആവശ്യകതയില്ല. ഇത് കൂടുതൽ ഫലപ്രദവും രക്തസ്രാവം പോലുള്ള ഗുരുതര പാർശ്വഫലങ്ങൾ കുറഞ്ഞവയും ആണ്. എന്നാൽ സാധാരണ ഉപയോഗിക്കുന്ന ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകളെ അപേക്ഷിച്ച് പുതിയ ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ വിലയേറിയവയാണ്.

ആന്റികൊയാഗുലന്റ് മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നവർ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട മറ്റ് കാര്യങ്ങൾ.

*മുറിവുണ്ടാക്കാവുന്ന ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ വളരെ സൂക്ഷിക്കുക.

*ശരീരക്ഷതമുണ്ടാക്കാൻ സാധ്യതയുള്ള കായികാഭ്യാസങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.

*ഗർഭിണിയാണെന്ന് അറിയുമ്പോൾ /ഗർഭം ധരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നെങ്കിൽ ഉടനെ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കേണ്ടതാണ്.