

آموزش به بیمار

داروی اسویکس

◀ داروی اسویکس چیست؟

اسویکس - حاوی داروی کلوییدوگرل- مهار کننده تجمع پلاکتی می باشد و از تشکیل لخته های خونی ناخواسته که باعث سخت شدن دیواره رگ ها می شوند، جلوگیری می کند.

اسویکس برای جلوگیری از تشکیل لخته های خونی پس از سکتته مغزی، حمله قلبی و در بیماران با مشکلات دیگر قلبی-عروقی مورد مصرف دارد.

◀ مهمترین اطلاعاتی که قبل از شروع مصرف داروی اسویکس باید بدانید چیست؟

◀ چه زمانی نباید اسویکس را مصرف کنید:

- در صورتیکه سابقه حساسیت نسبت به کلوییدوگرل و یا هر یک از اجزای دارو وجود داشته باشد.
- وجود مشکلاتی که می تواند خطر خونریزی را به همراه داشته باشد مانند زخم معده.
- اگر دچار مشکلات شدید کبدی هستید.
- اگر شیرده هستید و یا قصد شیردهی دارید.
- اگر تاریخ انقضای دارو سپری شده است.
- توجه کنید که این دارو در کودکان نباید مصرف شود. اثربخشی و ایمنی آن در کودکان اثبات نشده است.

◀ چه مسائلی را قبل از مصرف دارو باید با پزشک خود در میان بگذارید؟

- اگر باردار هستید و یا قصد بارداری دارید.
- اگر قرار است طی ۲ هفته آتی تحت عمل جراحی (شامل جراحی دندان) قرار بگیرید، پزشکتان تصمیم می گیرد که قبل از جراحی اسویکس را قطع کنید و یا ادامه دهید.

- اگر مشکلاتی مانند مشکلات خونی داشته اید.
- سابقه هر بیماری که به علت خونریزی ایجاد شده است به طور مثال مشکلات بینایی ناشی از خونریزی چشمی
- سابقه آسیب جسمی جدی
- سابقه جراحی (حتی جراحی دندان)
- وجود هر نوع مشکل کبدی یا کلیوی

◀ در صورتیکه داروهای دیگری نیز مصرف می کنید چه اقدامی باید انجام شود؟

برخی از داروها می توانند اثرات درمانی داروی اسویکس را تحت تأثیر قرار دهند. برخی از این داروها در زیر اشاره شده است. قبل از مصرف هر یک از این داروها، اطمینان حاصل کنید که به پزشک معالجتان اطلاع داده اید.

- داروهایی که به اصطلاح ضد انعقاد خون هستند مانند آسپرین، وارفارین و هپارین.
- داروهای مسکن و تب بر که در درمان آرتрит، درد و... استفاده می شود (مانند ایبوپروفن، دیکلوفناک).
- داروهایی که در درمان عفونت های قارچی مصرف می شود (مانند فلوکونازول، کتوکونازول).
- داروهایی که در درمان زخم معده و سوزش سردل مصرف می شود (مانند امپرازول، پنتوپرازول).
- داروهای دیگر: فنی توئین، تولبوتامید و تاموکسیفن و...

در صورت مصرف داروهای دیگر از جمله داروهایی که بدون نسخه از داروخانه تهیه می شوند (اعم از ویتامین ها، داروهای گیاهی و سایر داروها) پزشک خود را مطلع نمایید. هیچ داروی جدیدی مصرف نکنید مگر اینکه به پزشک خود اطلاع داده باشید.

نکته: در مواردی که این دارو به علت سندرم حاد عروق کرونر تجویز شده است، ممکن است پزشک آسپرین را نیز در کنار اسویکس برایتان تجویز کرده باشد. بدون نظر پزشک تغییر دوز دارو و یا قطع مصرف آسپرین نباید صورت گیرد.

◀ چگونه اسویکس را مصرف کنید؟

پزشک معالجتان مقدار مورد نیاز مصرف دارو را برایتان تجویز می کند. داروی اسویکس را فقط با تجویز و طبق دستور پزشکتان مصرف کنید.

- دوز معمول اسویکس، مصرف یک قرص ۷۵ میلی گرمی در روز است.
- از اسویکس گاهی قبل از بالون یا استنت گذاری استفاده میشود. در اینجا دوزها بالاتری ممکن است توسط پزشک شما تجویز شود.
- شما می توانید اسویکس را قبل و یا بعد از غذا مصرف کنید. حتما باید قرص با یک لیوان پر آب بلعیده شود.
- سعی کنید اسویکس را هر روز در زمان مشخصی مصرف کنید. مصرف این دارو در زمان مشابه در هر روز کمک به اثربخشی بهتر دارو می کند. همچنین کمک می کند زمان مصرف دارو را بهتر به یاد بسپارید.
- باید داروی اسویکس برای مدتی که پزشک تجویز کرده است مصرف شود. کاهش و یا افزایش طول درمان می تواند مشکلات جدی برایتان ایجاد کند.

◀ احتیاط های لازم در هنگام مصرف دارو کدامند؟

- ممکن است قطع خونریزی (در صورت آسیب) در طول مدتی که این دارو را مصرف می کنید، طولانی تر شود. از ورزش های سنگین و موقعیت هایی که ممکن است شما را دچار کبودی، بریدگی و آسیب کند دوری کنید. در هنگام استفاده از اجسام تیز، بسیار دقت کنید.
- در صورت مشاهده خونریزی غیر طبیعی بینی یا وجود خون در ادرار و یا مدفوع در طول مصرف این دارو، پزشکتان را حتما مطلع سازید.
- پزشک معالجتان نیاز به پایش بعضی فاکتورهای خونی شما از طریق انجام آزمایش خون دارد. زمان های مقرر شده ویزیت توسط پزشکتان را جدی بگیرید.

◀ عوارض جانبی احتمالی این دارو چیست؟

همانند داروهای دیگر داروی اسویکس نیز دارای عوارض جانبی احتمالی است.

در صورت مشاهده علائم جدی زیر سریعاً پزشکتان را مطلع سازید:

- واکنش های افزایش حساسیت شامل: خارش، کهیر، تورم در صورت، لب ها، زبان و گلو، تنگی نفس
- مدفوع خونی، سیاه و یا قیری رنگ
- تغییر در مقدار و دفعات ادرار
- تب، لرز و گلو درد
- افزایش وزن سریع
- ادرار قرمز و یا قهوه ای تیره
- درد شدید معده
- تورم در دست و پا
- خونریزی و یا کبودی غیر طبیعی

در صورت مشاهده علائم زیر، با پزشکتان مشورت کنید:

- اسهال، تهوع، درد و ناراحتی معده
- سردرد و یا گیجی
- درد پشت یا درد مفاصل
- ضعف و یا خستگی

◀ در صورت فراموش کردن یک دوز دارو باید چه اقدامی صورت گیرد؟

به محض به خاطر آوردن دوز فراموش شده، آن را مصرف کنید. اما اگر تقریباً زمان مصرف دوز بعدی فرا رسیده است، نوبت فراموش شده را رها کنید و طبق برنامه منظم خود عمل کنید. از اضافه کردن یا دو برابر کردن مقدار دارو برای جبران نوبت فراموش شده پرهیزید.

◀ در صورت مصرف بیش از حد اسویکس، چه اقداماتی باید انجام دهیم؟

اطلاعات در مورد مصرف بیش از حد دارو محدود است. سریعاً به پزشک و یا مرکز درمانی مراجعه کنید.

◀ شرایط نگهداری دارو به چه صورت است؟

- دارو باید در دمای اتاق، دور از گرما، رطوبت و نور مستقیم نگهداری شود.
- دور از دسترس اطفال نگهداری شود.

◀ کجا می توانیم اطلاعات بیشتری درباره اسویکس به دست آوریم؟

از دکتر داروساز و پزشک معالجتان بخواهید اطلاعات مورد نظر را در اختیارتان قرار دهد و یا با شماره تلفن ۸۸۵۶۱۲۶۹ که خط ویژه پاسخ به سوالات مصرف کنندگان داروهای شرکت داروسازی اسوه می باشد، تماس حاصل نمایید. همچنین شما می توانید با مراجعه به وب سایت www.osvahpharma.com سوالات خود را مطرح نمایید.

◀ بسته بندی داروی اسویکس ساخت شرکت داروسازی اسوه

قرص های ۷۵ میلی گرمی در جعبه های ۳۰ عددی

رژیم غذایی پیشنهادی برای مبتلایان به بیماریهای قلب و عروق

بیماریهای قلبی مثل سکته های قلبی اولین علت مرگ و میر در جوامع صنعتی و در حال توسعه ای مثل ایران است. شیوه ی زندگی سالم نقش بسیار مهمی در پیشگیری از این بیماری ها دارد و این تغییرات در سه جنبه ی فعالیت بدنی، تغذیه و پرهیز از مصرف الکل و سیگار بررسی میشود. تغییر در رژیم غذایی و مصرف مواد غذایی محافظت کننده از سیستم قلبی - عروقی نقش مهمی در بروز سکته های قلبی و دیگر مشکلات به دنبال آنها دارد. رعایت این موارد نه تنها مانع از بروز بیماری های قلبی عروقی میشود بلکه

برای مبتلایان به این بیماری ها نیز مفید خواهد بود چون دغدغه ی ما در جریان درمان بیماری با مشکل قلبی جلوگیری از وقوع مجدد سکته های قلبی یا مغزی و پیشگیری از پیشرفت بیماری است در زیر چند نکته ی کوچک اما موثر را در جهت داشتن یک رژیم غذایی سالم مرور خواهیم کرد :

۱. مصرف گوشت قرمز خود را کم کنید؛ کم کردن مصرف گوشت قرمز یا مصرف گوشت های قرمزی با کمترین مقدار چربی توصیه میشود. گوشت قرمز یا همان گوشت جانوری شامل گوشت های گوسفند و گاو حاوی چربی های اشباع زیادی هستند. این چربی ها در بدن به شکل رسوب در جداره ی رگ ها می نشینند و باعث تنگ شدن رگ و اشکال در خونرسانی به اندام هایی مثل قلب میشوند. درد های قلبی موقع فعالیت بدنی، سکته های قلبی و مغزی از مهم ترین مشکلات این رسوب های چربی در جداره ی رگ هاست.

۲. مصرف پروتئین های گیاهی را زیاد کنید؛ پروتئین های گیاهی مثل غلات و دانه ها باعث کاهش چربی های خطرزای خون مثل LDL میشود. سویا، حبوبات مثل لوبیا، عدس، بادام زمینی و غیره، آجیل ها مثل بادام، گردو، فندق و غیره نه تنها حاوی چربی های غیر اشباع هستند که خطر گرفتگی رگ ها را کم میکنند بلکه حاوی فیبر هستند که نقش آن در پیشگیری از بیماری های قلبی ثابت شده است.

۳. امگا ۳ مصرف کنید؛ سبزی هایی با رنگ سبز، ماهی، روغن های کانولا و زیتون همچنین گردو حاوی مقادیر بالایی از امگا ۳ هستند. امگا ۳ باعث پیشگیری از التهاب و تشکیل لخته های خون در بدن میشود و تا حدی گشاد کننده ی رگ هاست. توصیه میشود منبع تامین امگا سه مواد غذایی باشد به طور مثال دو بار مصرف ماهی در هفته و یا از طریق مکمل ها این نیاز تامین شود. مقدار مصرف روزانه که نقش محافظتی در بیمار یهای قلبی دارد ۸۵۰ میلی گرم است که این مقدار میتواند تا حد زیادی از سکته های قلبی و مغزی و مرگ و میر ناشی از این مشکلات پیشگیری کند.

۴. مصرف چربی های اشباع و ترانس را کاهش دهید؛ چربی های اشباع و ترانس باعث افزایش چربی های خطر زا در بدن مثل LDL و کاهش چربی های محافظتی مثل HDL میشوند. گوشت قرمز و روغن های حیوانی حاوی مقدار زیادی چربی اشباع هستند و چربی های ترانس در روغن های

گیاهی جامد شده، انواع بیسکوئیت ها و پفک ها دیده میشود. بهتر است از خرید مواد غذایی فوق خودداری کنید یا در هنگام خرید آنها به درصد چربی ترانس توجه کنید

۵. مصرف سبزی، میوه و فیبر خود را زیاد کنید؛ غلاتی مثل گندم سبوس دار، جو، میوه ها و سبزی ها نه تنها حاوی ویتامین های مفیدی است که بدن به آنها نیاز دارد بلکه حاوی فیبر هم هستند. این فیبرها باعث کمتر شدن جذب چربی ها میشوند، بدن را از دیابت محافظت میکنند و جذب مواد غذایی را بهتر میکنند. توصیه میشود اگر میخواهید مصرف فیبر غذایی خود را زیاد کنید کم کم این کار را انجام دهید. از طرفی آب مصرفی شما در هنگام مصرف غذاهای پر فیبر باید افزایش یابد

۶. مصرف ویتامین ها و آنتی اکسیدان های محافظتی را افزایش دهید؛ مصرف متعادل برخی مواد غذایی به دلیل داشتن آنتی اکسیدان هایی مثل ویتامین های C ، E و بتاکاروتن توصیه میشود. از این مواد غذایی می توان چای سبز، شکلات و سویا را نام برد

منابع:

1. www.drugs.com
2. www.medscape.com
3. Micromedex 2010
4. Uptodate 2011
5. <http://thc.tums.ac.ir>
6. www.heart.org
7. راهنمای تغذیه مبتلایان به بیمار های قلبی انجمن قلب آمریکا
8. راهنمای تغذیه برای پیشگیری از بیمار یهای مزمن سازمان بهداشت جهانی
9. Online Uptodate