



# Terapia anticoagulante e alimentazione



IFeC Federica Duo'



## Perché un infermiere si occupa dell'educazione all'utente in TAO?



**Progetto sperimentale  
INFERMIERE DI FAMIGLIA  
E DI COMUNITA'**



**Territorio 3.200 km<sup>2</sup>**

**Popolazione 128.230  
ab. densità 39 ab./km<sup>2</sup>**

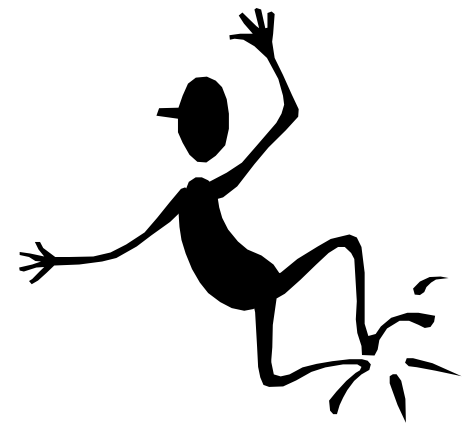


**74 comuni, di cui 27 con max 500 residenti  
e 1 solo con più di 10.000 abitanti (Aosta 35.078 ab.)**

## Ospedale Regionale U. Parini



Progetto IFeC dal 01.11.11



# Il progetto Infermiere di Famiglia

Contesto socio-ambientale critico

Invecchiamento avanzato

FRAGILITA'

Ridotta autonomia funzionale

FRAGILITA'

Coesistenza malattie croniche



Polifarmacoterapia

**FRAGILITA'**

# Progetto continuità' ospedale - territorio

S.C. Cardiologia



A partire dal mese  
settembre 2012

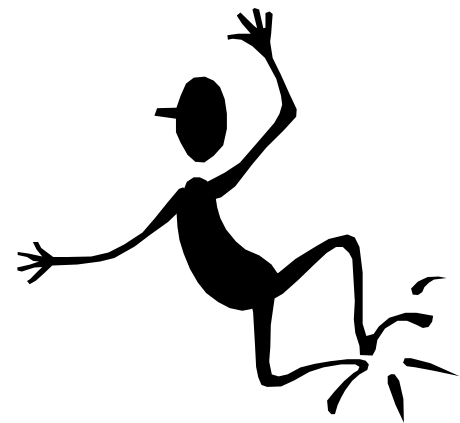


Domicilio



**Durante la degenza il personale infermieristico e medico forniscono informazioni rispetto alla corretta gestione della TAO all'utente e caregivers**

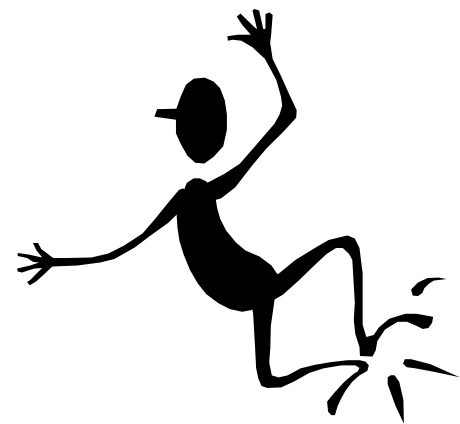
**Le informazioni principali sono riportate sulla lettera di dimissione**






Al momento della segnalazione  
IFeC contatta utente e/o  
caregivers e programma  
incontro ambulatoriale, o  
domiciliare, di

***MONITORAGGIO  
ED EDUCAZIONE***







L'**informazione** e  
l'**educazione** del  
paziente e della  
famiglia sono  
importantissime  
per una buona  
gestione della terapia

## Come agiscono gli anticoagulanti?



La loro azione è basata sull'interferenza con l'attivazione di alcune sostanze (fattori della coagulazione), che servono per la formazione di un coagulo, e che per essere attive hanno bisogno della vitamina K.

Gli anticoagulanti orali inibiscono l'azione di questa vitamina rendendo sangue meno coagulabile.

La vitamina K (antidoto degli anticoagulanti) è in parte introdotta con il cibo e in parte direttamente prodotta nel nostro intestino dai germi che normalmente vi abitano.

Ma come spiegarlo  
all'utente?



La vitamina K è detta anche  
vitamina cerotto perché aiuta a  
coagulare il sangue



**Educazione alimentare**

*Una dieta equilibrata favorisce un equilibrio terapeutico*



**Dose insufficiente di farmaco**  
**= sangue troppo denso**  
**= rischio trombosi**



**Dose eccessiva di farmaco**  
**= sangue troppo fluido**  
**= rischio emorragie**



**Dose efficace di farmaco**  
**= sangue fluido**  
**= prevenzione**  
**trombosi senza rischio emorragia**

**L'apporto giornaliero di Vit.K  
200-300 microgrammi**

**Attenzione a variazioni  
significative**



**La vit.K viene metabolizzata  
rapidamente ed escreta  
(il 70% in pochi giorni)**

**Possono insorgere  
alterazioni in caso  
di febbre o diarrea**





**Dove si trova la  
vitamina K?**







Ma anche....



# Microgrammi di Vit. K in 100gr.di alimento

ALIMENTO	VIT.K	ALIMENTO	VIT.K
<i>Prezzemolo</i>	1640	<i>Mozzarella</i>	1
<i>The verde</i>	712	<i>Caffè</i>	38
<i>Sedano</i>	584	<i>Yogurht</i>	0,2
<i>Olio soia</i>	193	<i>Olio arachidi</i>	3
<i>Lattuga</i>	129	<i>Pomodori</i>	10
<i>Broccoli</i>	175	<i>Patate</i>	2
<i>Spinaci</i>	540	<i>Latte intero</i>	1
<i>Fegato</i>	92	<i>Burro</i>	30
<i>Uova (l'una)</i>	25	<i>Formaggi</i>	35
<i>Rucola</i>	108	<i>Carne pollo/manzo</i>	7
<i>Asparago</i>	51	<i>Pesche</i>	8
<i>Germogli</i>	484	<i>Arance</i>	1
<i>Coste</i>	327	<i>Banane</i>	2
<i>Cavolo riccio</i>	623	<i>Riso</i>	3
<i>Cavolini bruxelles</i>	193	<i>Merluzzo</i>	0,1
<i>Crescione</i>	541	<i>Pane</i>	4



**Il consumo di bevande alcoliche  
interferisce con la terapia?**

Gli alcolici causano una diminuzione  
dell'effetto degli anticoagulanti orali.  
È consigliato non  
superare 1 bicchiere a pasto



**Dolci, salatini e bibite**

Poco e di rado, per il solo piacere

**Oli, grassi e noci**

Giornalmente con moderazione

**Latticini, carne,  
pesce e uova**

Alternati, durante la settimana

**Grano e altri cereali,  
legumi e patate**

Ad ogni pasto,  
ossia 3 volte al giorno

**Verdura e frutta**

Il più possibile o almeno 5 volte al giorno

**Bevande (acqua, tè senza zucchero)**

Ad ogni occasione, distribuite durante il giorno

**DIETA VARIA ED  
EQUILIBRATA**



**GINKGO BILOBA (GINKGO) : AUMENTO DEL RISCHIO DI EMORRAGIE**  
USO: TRATTAMENTO ALZHEIMER, CLAUDICATIO, MIGLIORAMENTO CIRCOLAZIONE PERIFERICA

**FIENO GRECO: INCREMENTO DELL'INR**  
USO: IPOGLICEMIZZANTE E IPOCOLESTEROLEMIZZANTE



**SALVIA MILTHIORRIZA (DANSHEN): AUMENTO DELL'INR**  
USO TRATTAMENTO PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI E CEREbroVASCOLARI

**IPOCASTANO: POTENZIALI EFFETTI INTERAZIONE**  
USO: TRATTAMENTO INSUFFICIENZA VENOSA CRONICA

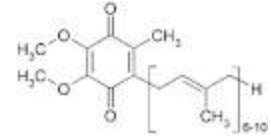


**PARTENIO: AUMENTO PROPRIETA' ANTICOAGULANTE**  
USO: PATOLOGIE INFIAMMATORIE, PSORIASI, , MAL DI DENTI, MAL DI STOMACO, PUNTURE INSETTO



**ALLIUM SATIVUM (AGLIO):** AUMENTO DELL'EFFETTO ANTIACOAGULANTE  
USO: IPERLIPIDEMIA E IPERTENSIONE

**COENZIMA Q10:** RIDUCE EFFETTO ANTICOAGULANTE  
USO: INSUFF. CARDIACA CONGESTIZIA E PATOLOGIECARDIOVASCOLARI



**GINSENG:** RIDUZIONE DELL'INR  
USO: INTEGRATORE ENERGETICO E STIMOLATORE DEL SISTEMA IMMUNITARIO

**HYPERICUM PERFORATUM (IPERICO):** RIDUZIONE DELL'EFFETTO ANTICOAGULANTE  
USO: TRATTAMENTO DELLA DEPRESSIONE



**ANGELICA SINENSIS:** AUMENTO INR  
USO: SINTOMI DELLA MENOPAUSA

**LA PRESA IN CARICO DELL'UTENTE  
PERMETTE ANCHE  
DI EDUCARE RISPETTO A CORRETTI  
STILI DI VITA**



## Presa in carico olistica

**Gli utenti in TAO assumono prevalentemente terapia anche per l'IPERTENSIONE e IPERCOLESTEROLEMIA**





**PERTANTO NELL'EDUCARE RISPETTO  
AD UNA DIETA VARIA E' IMPORTANTE  
TENERE CONTO DELLE  
PATOLOGIE CORRELATE**



**RICORDARE DI  
RIDURRE IL SALE....**



**RICORDARSI DI RIDURRE  
I GRASSI ANIMALI....**



**Importante è educare  
la famiglia rispetto  
all'adozione di corretti stili  
di vita**





Grazie



- 1) Landbo C, Almdal TP. [Interaction between warfarin and coenzyme Q10]. *Ugeskr Laeger*. 1998; 160:3226-7.
- 2) Spigset O. Reduced effect of warfarin caused by ubidecarenone. *Lancet*. 1994; 344:1372-3
- 3) Combs Ab et al. Anticoagulant activity of a naphthoquinone analog of vitamin K and an inhibitor of coenzyme Q10-enzyme systems. *Res Commun Chem Pathol Pharmacol*. 1976; 13:109-14
- 4) Lambert JP, Cormier A. Potential interaction between warfarin and boldo-fenugreek. *Pharmacotherapy* 2001; 21: 509-512
- 5) Rowin J, Lewis SL. Spontaneous bilateral subdural hematomas associated with chronic Ginkgo biloba ingestion. *Neurology*. 1996; 46:1775-6.
- 6) Benjamin J, et al. A case of cerebral haemorrhage - can Ginkgo biloba be implicated? *Postgrad Med J*. 2001; 77:112-3
- 7) Zhang FC, Zheng LJ. Effects of different administration of *Salvia miltiorrhiza* and heparin on antithrombin IIIAg, antithrombin III: A and alpha 2-macroglobulin in patients with cor pulmonale [Chinese]. *Chung Hsi I Chieh Ho Tsa Chih* 1991; 11: 589-591.
- 8) Chan TY. Interaction between warfarin and danshen (*Salvia miltiorrhiza*). *Ann Pharmacother*. 2001 Apr;35:501-4
- 9) Biggs MJ, et al. Platelet aggregation in patients using feverfew for migraine (letter). *Lancet* 1982; 2: 776
- 10) Heck AM, et al. Potential interactions between alternative therapies and warfarin. *Am J Health-Syst Pharm* 2000; 57: 1221-30
- 11) Janetzky K, Morreale AP. Probable interaction between warfarin and ginseng. *Am J Health-Syst Pharm* 1997; 54: 692-3
- 12) Spigset O. Reduced effect of warfarin caused by ubidecarenone. *Lancet*. 1994; 344:1372-3.
- 13) Landbo C, Almdal TP. [Interaction between warfarin and coenzyme Q10]. *Ugeskr Laeger*. 1998; 160:3226-7. In Danish.
- 14) Page et al. Potentiation of warfarin by dong quai. *Pharmacotherapy*. 1999; 19: 870-6.
- 15) Harenberg J, Giese C & Zimmermann R: Effect of dried garlic on blood coagulation fibrinolysis, platelet aggregation and serum cholesterol levels in patients with hyperlipoproteinemia. *Atherosclerosis* 1988; 74(3):247-249.