



Registre de suivi de L'ANTICOAGULOTHÉRAPIE

Renseignements personnels

Prénom: _____ Nom : _____

Maladie(s) : _____

Pharmacie: _____ Tél.: _____

Médecin de famille: _____ Tél.: _____

Médecin spécialiste: _____ Tél.: _____

En cas d'urgence: _____ Tél.: _____

Médicaments, vitamines, suppléments et produits de santé naturels

Médicaments / Produits	Dose	Moment de la journée	Je le prends pour

La prise d'anticoagulants doit être connue des gens qui vous entourent. Il est important de porter un bracelet ou d'avoir une carte dans votre portefeuille indiquant l'utilisation d'anticoagulants et la raison pour laquelle vous les prenez.

Ce registre de suivi vous est offert par votre professionnel de la santé.

Tampon de la succursale

Les renseignements ci-inclus sont présentés uniquement à titre informatif. Ils ne visent nullement à remplacer la consultation d'un professionnel de la santé. Toute décision en matière de traitement doit être prise en collaboration avec votre professionnel de la santé et tenir compte de votre situation particulière. Les sites Web mentionnés ne le sont qu'à titre de référence. Proxim n'assume aucune responsabilité relativement à leur contenu.

03/2020

La forme masculine utilisée dans ce texte désigne aussi bien les femmes que les hommes.



NOTES :

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

RÉFÉRENCES

- Cœur + AVC**
<https://www.coeuretavc.ca/coeur/traitements/medicaments/anticoagulants>
- Extenso**
www.extenso.org
- CHUM Montréal**
<https://www.chumontreal.qc.ca/sites/default/files/2018-06/128-2-warfarine.pdf>
- Medic Alert**
<https://www.medicalert.ca/>

Table des matières

Avertissement	4
Le suivi de l'anticoagulothérapie	5
Des résultats hors cible	6
Les aliments riches en vitamine K	8
La consommation d'alcool	9
Le suivi des résultats de RNI	10 à 18
Les variations des résultats de RNI	19 à 21
Références	22
Notes	23



AVERTISSEMENT !

Voici les différents signes et symptômes auxquels il est important de porter une attention particulière :

- Ecchymoses (bleus) fréquentes et importantes sans raison apparente
- Douleur sévère à l'abdomen, à la tête ou au dos
- Saignements de nez répétitifs et abondants
- Sang dans les selles ou les urines (selles noires)
- Menstruations plus abondantes
- Saignement abondant des gencives lors du brossage des dents
- Enflure persistante et douloureuse aux jambes
- Toux avec crachats de sang

Consultez votre médecin sans tarder si vous observez ces symptômes.



LES VARIATIONS DES RÉSULTATS DE RNI

Date	↑ ↓	Raison possible
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	
_____	↑ ↓ _____	





Valeur de RNI ciblée : entre _____ et _____

Date de début de la prise de la warfarine : _____

Raison de la prise de la warfarine : _____

VOTRE PROFIL

Pour déterminer la dose efficace de warrarine, il est nécessaire d'effectuer une analyse sanguine.

LE SUIVI DE L'ANTICOAGULOTHÉRAPIE

[illegible]

LES VARIATIONS DES RÉSULTATS DE RNI

DES RÉSULTATS HORS CIBLE : UN RNI TROP BAS

Si votre RNI est trop bas, il existe un risque de caillots sanguins.



Si le résultat (RNI) est en-dessous de l'intervalle cible...

- Avez-vous oublié des doses ?
- Avez-vous augmenté de façon importante votre niveau d'activité physique ?
- Avez-vous augmenté votre consommation de légumes verts ?
- Vos médicaments ont-ils été modifiés (ajout, retrait ou changement de dose) ?
- Avez-vous consommé des médicaments en vente libre, des produits naturels ou des suppléments alimentaires ?
- Avez-vous commencé une consommation régulière d'alcool ?



LES VARIATIONS DES RÉSULTATS DE RNI

Date	↑ ↓	Raison possible
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____
_____	↑ ↓ _____	_____



Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
RNI	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
RNI	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
RNI	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
RNI	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

Dates des rendez-vous _____

DES RÉSULTATS HORS CIBLE : UN RNI TROP ÉLEVÉ

Si votre RNI est trop élevé, le risque de saignement est accru.

Si le résultat (RNI) est au-dessus de l'intervalle cible...

- Avez-vous pris une double dose ?
- Vos médicaments ont-ils été modifiés (ajout, retrait, changement de dose) ?
- Avez-vous consommé des médicaments en vente libre, des produits naturels ou des suppléments alimentaires ?
- Avez-vous eu des problèmes de santé récemment ?
- Avez-vous consommé plus d'alcool qu'à l'habitude ?
- Avez-vous cessé récemment une consommation régulière d'alcool ?
- Avez-vous diminué votre consommation de légumes verts ?
- Avez-vous diminué de façon importante votre niveau d'activité physique ?
- Avez-vous cessé de fumer ?

LES ALIMENTS RICHES EN VITAMINE K

La vitamine K est présente en grande quantité dans les légumes vert foncé. Pour s'assurer d'en consommer avec modération pendant une journée, pensez à enlever la pelure de certains légumes verts, par exemple, les concombres. Par ailleurs, il n'est pas recommandé de faire un régime restrictif ou qui encourage la consommation d'un seul aliment en grande quantité. Il faut tenter d'atteindre un certain équilibre. N'hésitez pas à consulter votre nutritionniste pour obtenir des conseils adaptés.

Dans l'alimentation nord-américaine, la vitamine K se trouve principalement dans les aliments suivants :

LÉGUMES ET FRUITS VERTS

Épinards	Concombre avec pelure	Cresson
Asperges	Laitue	Endive
Avocat	Persil	Kiwi
Brocoli	Pomme verte	Chou de Bruxelles
Céleri	Oignon vert	Chou frisé
Chou	Luzerne	Rapinis



LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose

Dates des rendez-vous _____



LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	RNI	Date	RNI	Date	RNI	Date	RNI	Date	RNI	Date
Dim	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Lun	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Mar	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Mer	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Jeu	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Ven	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____
Sam	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____	Jour	_____

Dates des rendez-vous _____

HUILES VÉGÉTALES

Canola Thon dans l'huile

AUTRES

Soja (lait, fèves, tofu) Thé vert Pistache Margarine
Algue Jus de canneberge
Ail Mayonnaise

Soyez sans crainte! Les multivitamines commerciales ne contiennent pas de vitamine K.

LA CONSOMMATION D'ALCOOL

La consommation d'alcool peut aussi avoir des impacts sur l'action de la warfarine et sur la coagulation. La prise d'alcool n'est pas interdite, mais il faut en consommer avec modération et éviter les excès. Un verre ou deux par jour au moment d'un repas ne cause pas de complications. Ce qui est plus problématique, ce sont les changements radicaux, dans un sens comme dans l'autre. Veuillez donc aviser votre professionnel de la santé si vous commencez ou cessez une consommation régulière ou lors d'une consommation excessive.



LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose

Dates des rendez-vous _____



LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose

Dates des rendez-vous _____





Mois _____ Annee _____



Mois _____ Annee _____

LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose

Dates des rendez-vous _____



LE SUIVI DES RÉSULTATS DE RNI

Mois _____ Année _____

	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose
RNI _____	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour	Jour
Date _____	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose	Dose

Dates des rendez-vous _____

