

Sintrom

Inleiding

Deze patiëntenfolder is bedoeld voor patiënten die zijn opgenomen op de afdeling Neurologie en die bij naderend ontslag moeten starten met het gebruik van Sintrom (acenocoumarol). In deze folder wordt een aantal veel voorkomende vragen over het gebruik van Sintrom beantwoord. Mocht u na het lezen nog vragen hebben, stelt u deze gerust aan de verpleegkundige of arts.

Hoe werkt Sintrom?

Sintrom is een antistollingsmiddel. Het middel zorgt er voor dat het bloed wordt verdund, waardoor er minder kans is op een bloedstolsel in de bloedvaten. Voor het aanmaken van sommige stollingsfactoren in het bloed is vitamine K nodig. Sintrom werkt vitamine K tegen en daardoor worden er minder goed functionerende stollingsfactoren gemaakt. Sintrom remt zo de vorming van bloedstolsels en vermindert daarmee de kans op afsluiting van een bloedvat.

Deze werking is meetbaar via bloedonderzoek. De trombosedienst neemt daarom regelmatig bloed bij u af en stelt aan de hand daarvan een doseringsadvies voor u op.

Hoe neemt u Sintrom in?

Neem de tabletten in volgens het doseringsschema. Verander nooit zelf de dosering zonder het akkoord van uw arts. Neem de tabletten op een vast tijdstip in. Geadviseerd wordt Sintrom 's avonds bij de maaltijd in te nemen. Wanneer de trombosedienst namelijk 's morgens uw bloed controleert, kan indien nodig voor dezelfde avond nog de dosering worden aangepast.

Wat doet de trombosedienst?

U wordt door een verpleegkundige van de afdeling aangemeld bij de trombosedienst. De trombosedienst komt vervolgens bij u thuis om

bloed af te nemen. De afspraak hiervoor staat op het doseringsschema dat u vanuit het ziekenhuis mee krijgt. U kunt ook bloed laten prikken op een priklocatie, bijv. in een gezondheidscentrum. U dient te allen tijde (online) een afspraak hiervoor te maken, zie www.ghz.nl/bloedafname.

Bij het gebruik van Sintrom is regelmatige controle van het bloed noodzakelijk. De trombosedienst controleert de mate van antistolling in het bloed en bepaalt de dosering.

In het begin moet het bloed wat vaker worden gecontroleerd (1 tot 2 keer per week) totdat de juiste dosering is bepaald. Daarna blijven regelmatige controles noodzakelijk.

De test waarmee het bloed wordt gecontroleerd heet PT (protrombinetijd), de gemeten waarde wordt uitgedrukt in INR (International Normalised Ratio). Hoe hoger de INR-waarde is, hoe dunner het bloed. De streefwaarde van de INR is per patiënt en diagnose verschillend. De trombosedienst in Nederland hanteert twee groepen streefwaarden:

- Groep 1: INR 2.0 – 3.5
- Groep 2: INR 2.5 – 4.0

Uw specialist bepaalt in welke groep u valt en daarmee tussen welke waarden uw INR moet zijn.

Op basis van deze INR-waarde ontvangt u van de trombosedienst het doseringsschema, waarop genoteerd staat hoeveel tabletten Sintrom u op welke dag moet innemen. Dit doseringsschema loopt tot aan de volgende prikdatum.

Wat te doen als u de Sintrom vergeten bent?

Wanneer u binnen vier uur ontdekt dat u de medicatie bent vergeten in te nemen, neem

deze dan alsnog in en ga de volgende dag verder met uw doseringsschema. Wanneer u pas een dag later merkt dat u de medicatie niet heeft ingenomen, neem dan de medicatie in zoals op uw doseringsschema staat en sla de dosis van de vorige dag over.

Welke pijnstillers mag u gebruiken?

Paracetamol mag u gewoon gebruiken. Neem geen Aspirine of andere pijnstillers die Aspirine bevatten. Aspirine werkt namelijk bloedverdunnend en kan daardoor de werking van Sintrom versterken. Ook Diclofenac en Ibuprofen versterken door hun bloedverdunnende werking het effect van Sintrom. Gebruik deze daarom ook niet. Overleg met uw huisarts of behandelend arts wanneer u andere pijnmedicatie wilt gebruiken.

Wat moet u doen als u een wond heeft?

Als u een oppervlakkige wond heeft, druk dan de wond af met een gaasje, tissue of eventueel met de handpalm totdat de bloeding stopt. Dit duurt meestal 10 tot 15 minuten. Ontsmet daarna de wond en verbindt de wond met een pleister of een gaasje en een windsel.

Als u een ernstige wond heeft, druk de wond dan fors af zonder los te laten en raadpleeg zo snel mogelijk een arts of ga naar de spoedeisende hulp. Vertel altijd dat u Sintrom gebruikt.

Leefregels bij Sintrom gebruik

Alcoholgebruik

Gematigd alcoholgebruik (1 tot 2 glazen per dag) is geen probleem. Te veel alcohol kan de lever beschadigen en omdat in de lever stollingsfactoren worden gemaakt kan dit gevolgen hebben voor de antistolling. Te veel alcohol kan het slijmvlies van de slokdarm en van de maag beschadigen met een verhoogd risico op bloedingen.

Bloeding

Een nadelig effect van Sintrom is dat de kans op bloedingen toeneemt. Wanneer u last heeft van onderstaande tekenen, neem dan contact op met uw behandelend arts.

- Regelmatig neusbloedingen;
- Tandvlesbloedingen tijdens het poetsen van de tanden;
- Regelmatig blauwe plekken;
- Aanwezigheid van bloed in de ontlasting, urine of speeksel;

- Zwarte ontlasting;
- Braken, diarree, bleekheid, duizeligheid, gezichts- of gehoorstoornissen.

Medicijnen

Een aantal medicijnen kan de werking van Sintrom beïnvloeden. Sommige medicijnen versterken het effect van Sintrom en anderen verzwakken het effect. Neem geen andere medicijnen in op eigen initiatief, ook geen vitaminepreparaten, laxeermiddelen of pijnstillers. Bij pijn of koorts kunt u Paracetamol gebruiken. Wanneer u een geplande operatie of gepland onderzoek moet ondergaan of wanneer u een afspraak heeft bij de tandarts, is het belangrijk dat u dit doorgeeft aan de trombosedienst.

Het doseringsschema kan dan tijdig worden aangepast. Meldt daarnaast altijd aan de arts of tandarts die u behandelt dat u Sintrom gebruikt.

Menstruatie en anticonceptie

De menstruatie kan heviger worden door het gebruik van Sintrom. Het is daarom verstandig om eerst met uw huisarts of specialist te overleggen, wanneer u met de anticonceptiepil wilt beginnen. Krijgt u trombose direct na het starten van de pil, dan zal de arts u aanraden om te stoppen met de pil.

Reizen

Zowel vlieguren als lange auto- en busreizen kunnen een belemmering van de bloedstroom veroorzaken. Daardoor is er een verhoogde kans op trombose. Langdurig stilzitten in een krappe stoel kan namelijk leiden tot een belemmering van de bloedstroom. Daarnaast kunnen bij vlieguren de lage luchtdruk en de lage luchtvochtigheid de stolbaarheid van het bloed vergroten. Beweeg regelmatig gedurende de reis, vooral met de benen. Trek geen strakke kleding aan en doe de schoenen uit. Drink veel water en drink geen alcohol of koffie. Door bewegen, het vermijden van strakke kleding en het drinken van water stimuleert u de bloedsomloop, waardoor de kans op de vorming van bloedstolsels kleiner wordt.

Sport

Sporten is normaal gesproken geen probleem. Wanneer de kans op verwonding aanwezig is bij het sporten, is de kans op het oplopen van

ernstige bloedingen en bijbehorende complicaties hoger. Denk daarom goed na over de risico's voordat u een dergelijke sport gaat beoefenen. Duiken is niet toegestaan, omdat er al op drie meter diepte een verhoogde kans op oog- en oorbloedingen is door de waterdruk.

Vakantie

Neem uw doseringsschema mee als u op vakantie gaat. Overleg met de trombosedienst of met uw behandelend arts over het Sintrom gebruik en eventuele INR controles tijdens de vakantie. Het eten, het weer en de activiteiten die u onderneemt tijdens de vakantie kunnen anders zijn dan thuis. Dit kan gevolgen hebben voor de stolling. Houd rekening met tijdsverschillen, zodat u voor de inname van Sintrom de Nederlandse tijd aan blijft houden. Wanneer u op uw vakantieadres de INR moet laten controleren, zorg dan dat u op de hoogte bent van adressen en telefoonnummers van de trombosedienst in de buurt (Nederland) of het ziekenhuis in de omgeving.

Voeding

Gevarieerd eten is belangrijk. Het ene product bevat meer vitamine K dan het andere. Vitamine K werkt Sintrom tegen. Wanneer u veel vitamine K via de voeding binnen krijgt, zal dat van invloed zijn op uw INR. Voedingsmiddelen die veel vitamine K bevatten, zijn bananen, perziken, koolsoorten, spinazie, sojabonen, lever en melk. Probeer deze producten zo min mogelijk te gebruiken en wissel ze in ieder geval af met producten die weinig vitamine K bevatten, zoals aardappelen, tomaten, komkommer, appels en sinaasappels.

Ziekte

De werking van de Sintrom kan worden beïnvloed door koorts, diarree en braken. Daardoor kunnen schommelingen in de INR ontstaan. Meld het bij de trombosedienst wanneer u ziek bent. Het kan verstandig zijn de INR extra te controleren in bovenstaande gevallen. Ook hartfalen en ziektes van de lever beïnvloeden de INR.

Zwangerschap

Wanneer u zwanger wilt worden, neem dan contact op met uw huisarts en met de trombosedienst, zodat beoordeeld kan worden of u tijdelijk over moet stappen op een ander medicijn. Sintrom kan via de navelstreng het

ongeboren kind bereiken. Hierdoor kunnen vooral gedurende de eerste drie maanden van de zwangerschap aangeboren afwijkingen worden veroorzaakt.

Trombose Zelfzorg

Met de Trombose Zelfzorg van De Nationale Trombose Dienst kunt u zelf uw bloedstolling controleren.

Zie hiervoor www.trombosezelfzorg.nl

Soorten antistollingsmiddelen

Acenocoumarol en Marcoumar worden het meest gebruikt.

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl. Ook kunt u bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, kunt u deze gerust stellen aan de verpleegkundigen van de afdeling Neurologie. Deze zijn dagelijks telefonisch bereikbaar tussen 11.00 en 12.00 uur via (0182) 50 50 50. U kunt vragen naar toestel 5410.

Colofon

Uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda

Productie : Marketing & Communicatie

oktober 2021

04.10.038