



## 「關心您的心」專題講座

# 服食薄血丸者 與INR數值 及外遊時 需注意事項



聽眾會後試用CoaguChek XS 血液凝固測試機檢測INR。

十一月十四日，心臟病人互助組織「關心您的心」在中環會址為需要服食薄血丸的會員舉辦了講座，由社康護士路婉儀姑娘介紹薄血丸的運作原理、哪幾類病人需要服用、服用者監控自己血凝固狀態國際標準化比值（INR）的重要性及其他需知事項，更特別提及旅行前要注意的事項。講座出席者眾，病友在講座後都踴躍提問，有與趣者更參與INR快速測試。

路 姑娘指出，華法林（Warfarin）一類的薄血丸是最常用的抗凝血藥，通過抑制維他命K的功能去達致抗凝血的目的。需要服用的病人包括：更換了人工心瓣的病人，因為流經人工心瓣的血液較易凝固，故需要令血液變得較稀薄；患有心律不正或心房顫動症的病人，他們血塊凝固和中風的機會較高；另外，冠心病患者、曾經心臟病發以致肌肉壞死、心臟發大、左心室曾有血塊凝固者、患有靜脈血栓症、風濕性心瓣病、肺栓塞和患上罕有的血科病以致天生血液容易凝固的病人都有需要服薄血藥。

### INR數值不穩，後果嚴重

由於薄血藥會令血液變得稀薄，增加出血風險，故需在醫生指導下定量服用，曾有急性內出血紀錄及即將動手術的人士亦不宜服用，以免出血不止。精神紊亂或患有老年痴呆症而不能自行定時服藥者亦不適合服用。

患者一旦服華法林一類的薄血藥，便需定期驗血以檢測INR數值。一般人的數值是1，數值愈高表示血液愈稀薄，一般服食薄血藥者醫生多數會建議將INR維持在2至3之間，過高或過低，均會對健康構成風險。偏偏這個數值頗易變動，若偏離水平便應即時在醫生指導下加、減藥量。但若數月才檢查一次，服藥者的INR可能長時間偏離醫生建議的數值而不自知，增加血栓塞、心臟病、中風（若INR過低）或內出血、流血不止（若INR過高）的風險，危及生命。

是以，服食薄血丸的病人自我檢測INR可以增至每星期一次，這樣才能減低中風、血栓塞等嚴重疾病的風險。然而傳統的檢測方法，即抽血再送往化驗所化驗，成本高、所需時間長、過程繁瑣，有部份公立醫院病人要數月才能檢查一次。期間若INR數值偏離了醫生建議水平，病人也不會知道，或只能通過身體的不良反應（如因INR過高而出牙血、皮膚易瘀黑等）才得知。

隨着自助INR檢測儀器的推出，病人可自行在家每星期檢測INR，一旦發現數值有所偏離便可即時求診，保障健康。由瑞士的羅氏（Roche）公司生產的CoaguChek XS血液凝固測試機，體積小巧、用法簡易、準確度甚高，有了這部儀器，服食薄血丸病人的健康就能得到更佳保障。根據外國統計，經常使用INR監測器，能減低服用薄血丸者的死亡率達一半。✔



### 話你知 外遊及之前注意事項

路姑娘亦提到服食薄血丸病人若要外遊，需要留意以下事項：

1. 注意目的地的飲食、天氣等因素所帶來的影響。
2. 旅遊前，與醫護人員商討是否適宜及自己要注意的事項。
3. 攜帶足夠藥物。
4. 請醫生寫信列明自己所服藥物及過敏藥物，以備外遊時若要求醫時用。
5. 購買旅遊醫療保險。
6. 外遊期間，能用自助INR檢測器監察INR數值就最理想。
7. 遇到緊急情況，應於當地求醫或立刻回港就醫。

講座及提問環節結束後，大部分聽眾都在護士協助下即場使用羅氏（Roche）CoaguChek XS血液凝固測試機檢測INR，親身體驗CoaguChek XS的快捷、簡易及準確。而本身INR較易波動的病友們，亦表示經常檢查INR既可保障健康，亦可減輕心理壓力，不用經常害怕INR可能偏離醫生建議水平，可謂一舉兩得。



人造金屬心瓣（上）、心臟除顫器（下）。