



Un **traitement antivitamine K (AVK)** est un traitement anticoagulant. Ces médicaments fluidifient votre sang pour empêcher la formation de caillots, permettre de les dissoudre s'ils sont déjà formés et empêcher leur migration dans vos vaisseaux sanguins. Les AVK sont indiqués en cas d'embolie pulmonaire, fibrillation auriculaire, valvulopathie, etc.

Pour déterminer la dose efficace d'AVK que vous devez prendre, il faut réaliser des prises de sang : mesure de l'INR. **L'INR évalue l'action de l'AVK sur la fluidité du sang.** Cet examen indispensable doit être fait régulièrement.

Mon traitement

Vous prenez du _____
INR peut varier de : _____ à _____

Mes contacts

Mon médecin _____
Mon infirmier _____
Ma pharmacie _____

Alimentation et AVK

- Ayez une alimentation variée et équilibrée.** Evitez la modification soudaine des habitudes alimentaires concernant les légumes. En effet, certains légumes contiennent de la vitamine K en grande quantité et peuvent modifier votre INR.

Ces légumes ne sont pas interdits, à condition de les répartir dans votre alimentation de manière régulière et sans excès.

Limitez la consommation d'alcool.

- Tous les choux (rouge, Bruxelles, frisé, chou-fleur, blanc, romanesco)
- Brocolis
- Asperges
- Épinards



Signaux d'alerte

- Saignements anormaux :** saignement de nez ou gencive, vomissement de sang, sang dans les selles ou l'urine, crachat sanglant, hématome spontanée. **Pâleur, fatigue ou essoufflement anormaux.**
- Informer son médecin ou infirmier en cas de signes d'alerte.

Contre-indication

- Certains médicaments ne doivent pas être pris avec un traitement AVK.** Demandez conseils à votre pharmacien avant de prendre un traitement sans ordonnance ou produits à base de plante.
⚠ Aspirine, anti-inflammatoire ou millepertuis.
- Ne pratiquez pas de sport violent ou des travaux pouvant entraîner des chutes ou des coupures.**

Antibiotique et AVK

- La prise d'antibiotique doit conduire à un contrôle de votre INR** dans la semaine de prise de l'antibiotique et 3 jours après son arrêt.