

ยากับอาหารที่มีอิทธิพลต่อยา ยาอาร์ฟาริน (warfarin)

อาร์ฟาริน (Warfarin) เป็นยาต้านการแข็งตัวของเลือดที่มีความเสี่ยงในการเกิดอันตรายจากอาหาร/ยาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร **ผู้ป่วยที่ใช้ยาอาร์ฟารินจึงต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ**

- หลีกเลี่ยงใช้สมุนไพรและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารทุกชนิด
- หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และงดสูบบุหรี่
- แจ้งแพทย์และเภสัชกร ทุกครั้งว่ามีการใช้ยาอาร์ฟารินอยู่
- สามารถรับประทานผัก/ผลไม้ได้ แต่ควรรับประทานปริมาณใกล้เคียงกันในแต่ละวัน

อาหาร/ยาที่มีผล **เพิ่ม**ฤทธิ์อาร์ฟาริน

เกรปฟรุต, แคนเบอร์รี่, ไซมอนเทศ, เปปเปอร์, ขิง, กระเทียม น้ำมันปลา, มะม่วง, วิตามินอี

ยาฆ่าเชื้อรา (fluconazole, ketoconazole, itraconazole)
ยาฆ่าเชื้อแบคทีเรีย เช่น azithromycin, erythromycin, norfloxacin, ciprofloxacin, levofloxacin, metronidazole
ยาแก้ปวดกลุ่ม NSAIDs เช่น diclofenac, ibuprofen, naproxen

อาหาร/ยาที่มีผล **ลด**ฤทธิ์อาร์ฟาริน

โคเอนไซม์คิว 10, เซนต์จอห์นเวิร์ต, โสม, ชาเขียว, วิตามินเคในผักใบเขียว และเครื่องในสัตว์

กลุ่มยากันชัก เช่น phenobarbital, carbamazepine, phenytoin
กลุ่มยารักษาวัณโรค เช่น rifampicin
กลุ่มยาฆ่าเชื้อแบคทีเรีย เช่น dicloxacillin

1 อาการแสดงเมื่อเลือดออกมากผิดปกติ

- มีจ้ำเลือดที่ขยายขนาดใหญ่ขึ้นตามตัว
- มีแผลหรือเลือดกำเดาไหลไม่หยุด
- เลือดออกตามไรฟันจำนวนมาก
- ปัสสาวะหรืออุจจาระปนเลือด



2 อาการแสดงของภาวะลิ่มเลือดอุดตัน

- อาการของลิ่มเลือดอุดตันในสมอง (stroke) เช่น แขน ขาชา อ่อนแรงครึ่งซีก หน้าตลก ปากเบี้ยว พูดไม่ชัด
- ปวดบวมตึง จากลิ่มเลือดอุดตันที่หลอดเลือดดำส่วนปลาย



ผู้ป่วยควรสังเกตตัวเองว่ามีอาการเลือดออกมากผิดปกติหรือสัญญาณของลิ่มเลือดอุดตันหรือไม่ หากมีควรมาพบแพทย์ทันที

ปริมาณวิตามินเคในอาหาร

แหล่งอาหาร	วิตามินเค (ไมโครกรัมต่อ 100 กรัม)
ผัก	
ผักปวยเล้ง	380
ผักสลัด	315
บรอกโคลี	180
ตะกอยกทะเล	177
กะหล่ำปลี	145
ผักกาดแก้ว (Bibb)	122
หน่อไม้ฝรั่ง	60
ดอกขจร	40
ผักกาดแก้ว (Iceberg)	35
ถั่วลิสง	24
แตงกวา	20
กะหล่ำดอก	20
แครอท	10
น้ำมันและไขมัน	
น้ำมันถั่วเหลือง	193
น้ำมัน canola	127
น้ำมันเมล็ดฝ้าย	60
น้ำมันมะกอก	55
น้ำมันข้าวโพด	3
มาเออริน	42
เนย	7
แหล่งอาหารโปรตีน	
ถั่วเหลืองเมล็ดแห้ง	47
ตับ	5
ไข่	2
พุน้ำกระป๋องในน้ำมัน	24

เอกสารอ้างอิง

- Nutescu EA, Shapiro NL, Ibrahim S, West P. Warfarin and its interactions with foods, herbs and other dietary supplements. Expert opinion on drug safety. 2006 May;5(3):433-51.doi: 10.1517/14740338.5.3.433.
- Tan CSS, Lee SWH. Warfarin and food, herbal or dietary supplement interactions: A systematic review. Br J Clin Pharmacol. 2021 Feb;87(2):352-74. doi: 10.1111/bcp.14404. https://doi.org/10.3390/life13081611
- Vega AJ, Smith C, Matejowski HC, Thornhill KJ, Borne GE, Mosieri CN, Shekooi S, Cornett EM, Kaye AD. Warfarin and Antibiotics: Drug Interactions and Clinical Considerations. Life. 2023;13(8):1661.
- ตารางที่ 2 ปริมาณวิตามินเค (phylloquinone) ในอาหารส่วนที่กินได้ 100 กรัม ใน: สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. ปริมาณสารอาหารอ้างอิงที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย พ.ศ. 2563 DIETARY REFERENCE INTAKE FOR THAIS 2020.กรุงเทพฯ:ห้างหุ้นส่วนจำกัด เอ.5. โปรดัษณ์; 2563, หน้า 172.

อ้างอิงรูปภาพ

figure in: Deep vein thrombosis. Wikipedia[Internet]. [cited 2024 Nov]. Available from : https://en.wikipedia.org/wiki/Deep_vein_thrombosis