



## Faktorer, der kan påvirke

Nyd alkohol med måde og følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger. Vær opmærksom på, at mere end 3 genstande på én gang vil have en kraftig virkning på din INR, hvis du er i blodfortyndende behandling. Din behandling kan også komme i ubalance ved sygdom med feber. Desuden påvirkes INR af nogle lægemidler, naturlægemidler og kosttilskud samt ved sygdom i lever, galdeveje eller stofskiftet. Når du er i AK-behandling med Marevan/Marcumar (vitamin K-hæmmere), er det vigtigt, at dit indtag af K-vitamin er stabilt. K-vitamin findes især i grønne grønsager. Spis mindst 600 g frugt og grønsager om dagen, også de K-vitaminholdige grønsager som spinat, broccoli, rosenkål, grønkål, spidskål og kikærter. Den bedste balance i din behandling opnås ved at spise nogenlunde samme mængde grønsager dagligt. Det vil sige spis en håndfuld grønne grønsager hver dag, som en del af din varierede kost. Hvis du er i behandling med et NOAK-præparat, bliver behandlingen ikke påvirket af kosten.

### Vil du vide mere

Gå ind på [hjerteforeningen.dk](http://hjerteforeningen.dk) eller ring på Hjertelinjen 70 25 00 00 og få svar på dine spørgsmål.

Hjerteforeningen har omkring 130.000 medlemmer og flere tusinde frivillige i hele landet. Vi er en privat sygdomsbekæmpende organisation, der arbejder med forskning i hjerte-kar-sygdomme, forebyggelse og patientstøtte. Midlerne til vores arbejde stammer fra generøse bidrag doneret af danskerne, virksomheder og fonde.

### RÅDGIVNING

På Hjertelinjen kan du få gratis og professionel rådgivning alle hverdage kl. 9-16. Hjertelinjen er åben for alle og alle henvendelser er velkomne. Kontakt Hjertelinjen på tlf. 70 25 00 00 eller via [hjerteforeningen.dk](http://hjerteforeningen.dk)

### FRIVILLIG

Har du tid og lyst til at blive en del af vores fællesskab og give en hjælpende hånd til hjertesagen?

Kontakt os på tlf. 70 25 00 00 eller på [frivillig@hjerteforeningen.dk](mailto:frivillig@hjerteforeningen.dk). Du kan læse mere på [frivillignet.hjerteforeningen.dk](http://frivillignet.hjerteforeningen.dk).

### STØT HJERTESAGEN

På vegne af Danmarks mere end 500.000 hjerte-kar-patienter og deres pårørende er Hjerteforeningen taknemmelig for den livsvigtige økonomiske støtte. Hvis du vil bidrage, ring på tlf. 70 25 00 00 eller gå ind på [hjerteforeningen.dk/stoet-os](http://hjerteforeningen.dk/stoet-os)



Vognmagergade 7, 3. | 1120 København K  
Tlf: 70 25 00 00 | [post@hjerteforeningen.dk](mailto:post@hjerteforeningen.dk) | [www.hjerteforeningen.dk](http://www.hjerteforeningen.dk)



## AK-behandling



## Hvad er AK-behandling?

AK-behandling (antikoagulationsbehandling) er en blodfortyndende behandling, der forebygger blodpropper ved at påvirke blodets evne til at størkne.

Der findes forskellige typer medicin, som på hver deres måde påvirker blodets evne til at størkne. Hvilken medicin, du skal have, afhænger af, hvad du fejler samt en række individuelle faktorer.

Når du er i AK-behandling, er du enten i behandling med Marevan (warfarin), Marcumar (phenprocoumon) eller NOAK-præparater.

Marevan/Marcumar kræver regelmæssig blodprøvekontrol, da dosis styres ud fra din INR-værdi (INR-værdi angiver tiden for blodets størkning). I de fleste tilfælde skal INR-værdien ligge mellem 2 og 3. INR-værdier tjekkes hyppigt i forbindelse med opstart af din behandling, og hvis INR-værdier er ude af niveau. Ved stabile INR-værdier kontrolleres INR som minimum hver 4.-6. uge. Behandlingen styres via egen læge, hospitalet eller af dig selv. Styret du selv behandlingen, bliver du uddannet til det og får udleveret et apparat til hjemmemåling.

Ved NOAK-præparater gives en fast dosis hver dag. Her er det ikke nødvendigt med blodprøvekontroller til måling af effekten.

Du skal dog have målt nyretal, levertal og blodprocent hver 3. måned det første år og herefter 1 x årligt. Ved påvirkede blodprøver kan det være nødvendigt at kontrollere blodprøverne lidt oftere. I nogle tilfælde kan det være nødvendigt at justere dosis.

NOAK-præparater sælges som: Pradaxa (dabigatran), Xarelto (rivaroxaban), Eliquis (apixaban) eller Lixiana (edoxaban).

## Hvem skal i AK-behandling?

Du skal i blodfortyndende behandling, hvis:

- Du har haft en blodprop i lungerne eller benet
- Du har fået en ny mekanisk hjerteklap
- Du har atrieflimren (forkammerflimren). Lægelig vurdering efter risikoscreening
- Du har øget risiko for at danne blodpropper (trombofili)

## Hvor længe skal jeg være i behandling?

AK-behandling varierer og afhænger af årsagen og faktorer hos den enkelte. Behandlingen kan være tidsbegrænset eller permanent.



Fortæl altid dine behandlere, at du er i AK-behandling.

## Vær opmærksom på

Den hyppigste bivirkning til AK-behandling er blødninger. Hvis du bløder fra fx næsen, tandkødet, endetarmen, underlivet, eller hvis der opstår store blålige plamager på huden, skal du kontakte din egen læge eller AK-ambulatoriet.

## Ændringer i AK-behandling

Hvis du skal opereres planlagt eller akut (inkl. tandlægebehandling), er det vigtigt at gøre opmærksom på, at du er i AK-behandling, så der kan lægges en plan for behandlingen i forbindelse med operationen.

## Graviditet og AK-behandling

Er du gravid eller ammer, skal du tage præparater, som ikke skader dit barn. Tal derfor altid med den læge, der er ansvarlig for din AK-behandling.

