

# Je prends un AVK, antivitamines K : pourquoi surveiller l'INR?

**Docteur Stéphane WADJOU KWAYEB**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/s-wadjou](http://www.docvadis.fr/s-wadjou)



Validé par

le Comité Scientifique Cardiologie

**Un traitement par AVK vous expose à deux types de risque : hémorragie ou thrombose. Il est indispensable d'observer la prescription de votre médecin et de contrôler régulièrement votre INR. L'INR mesure la fluidité de votre sang. Vous devez par ailleurs connaître les signes évoquant une possible hémorragie.**

## Qu'est-ce qu'un AVK ?

Les antivitamines K (AVK) sont des traitements anticoagulants qui ont pour objectif de « fluidifier » votre sang. Ils sont prescrits dans les cas suivants :

- risque de thrombose : pour empêcher la formation d'un caillot de sang dans un vaisseau sanguin ;
- phlébite (caillot dans une veine) ou risque de phlébite ;
- embolie pulmonaire ou risque d'embolie pulmonaire ;
- certains troubles du rythme cardiaque ;
- anomalies des valves cardiaques ;
- port de valves cardiaques ;
- certains infarctus du myocarde.

## Quels sont les risques d'un traitement anticoagulant ?

Un traitement anticoagulant vous expose à deux types de risque : le principal risque est le risque

d'hémorragie, liée à un surdosage du médicament. A l'inverse, un sous-dosage vous expose à un risque de thrombose. Il est donc essentiel de bien définir la dose d'anticoagulant dont vous avez besoin et de surveiller régulièrement votre taux d'anticoagulant.

## **Qu'est-ce que l'INR ?**

Le traitement par AVK a pour principal objectif de rendre votre sang plus fluide, et éviter ainsi la formation de caillots. Cette fluidité sanguine est mesurée par un examen appelé INR (International Normalized Ratio), qui permet de s'assurer que la dose d'anticoagulants prescrite est efficace. C'est votre médecin qui définit la dose d'anticoagulant optimale selon votre situation particulière, pour obtenir une fluidité sanguine cible. Celle-ci est variable d'une pathologie à une autre et engénéral située entre 2 et 3.

Une fois la cible déterminée, l'examen INR permet de s'assurer que la dose prescrite est efficace. Le contrôle de l'INR est indispensable. En effet, il n'y a pas de symptôme particulier au surdosage ni au sous-dosage de votre traitement anticoagulant. Par ailleurs, l'efficacité des traitements anticoagulants évolue d'une personne à une autre, et dans le temps pour une même personne. Seule la mesure de l'INR permet de contrôler l'efficacité de votre traitement et d'éviter les risques qui y sont associés.

## **Comment mesure-t-on l'INR ?**

La mesure de l'INR est réalisée à l'hôpital ou dans un laboratoire d'analyse médicale. Lors de la phase d'initiation du traitement, les contrôles doivent être très fréquents pour ajuster la dose d'AVK (tous les 3 jours). Une fois l'équilibre atteint, un dosage est réalisé au moins une fois par mois. Vous devez noter le résultat dans votre carnet de suivi et le transmettre à votre médecin. Il est indispensable de prévenir immédiatement celui-ci lorsque votre INR se situe en-dehors de la zone thérapeutique définie ou en cas de saignement même minime.

## **Quels sont les signes qui doivent m'alerter d'une éventuelle hémorragie ?**

Le principal risque associé aux traitements anticoagulants résulte de son action : ce sont les saignements. Vous devez donc être vigilant et connaître les signes qui doivent vous alerter et vous amener à consulter immédiatement votre médecin :

- saignement des gencives ou du nez ;
- œil rouge ;
- sang dans les urines ou dans les selles ;
- règles très abondantes ;

- bleus (hématomes) ;
- vomissements ou toux contenant du sang ;
- saignement qui ne s'arrête pas.

## **Comment gérer mon traitement au quotidien ?**

De manière à assurer l'efficacité de votre traitement et en limiter les risques, veillez à :

- respecter la dose et les moments de prise ;
- signaler la prise d'anticoagulant à tout professionnel de santé ;
- consulter en urgence en cas d'hémorragie ;
- ne pas interrompre le traitement sans l'avis de votre médecin ;
- faire régulièrement vos mesures d'INR ;
- remplir le carnet de suivi ;
- avoir une alimentation équilibrée ;
- limiter votre consommation d'alcool ;
- consulter votre médecin avant toute prise de nouveau médicament, voyage, intervention chirurgicale etc... ;
- ne pas prendre de médicament sans avis médical ; attention notamment aux anti-inflammatoires disponibles sans ordonnance ;
- ne pas pratiquer de sport violent ni d'activité pouvant entraîner une chute ou une coupure.

## **Je suis sous anticoagulant : puis-je avoir un enfant ?**

Certains traitements anticoagulants sont contre-indiqués pendant la grossesse. Parlez avec votre cardiologue de votre désir de grossesse ou si vous découvrez que vous êtes enceinte. Il pourra vous conseiller et adapter votre traitement.

**La prise d'un traitement par AVK n'est pas anodine : il vous protège de la formation de caillots mais vous expose également à un risque de saignement. Il est indispensable d'observer la prescription de votre médecin, de contrôler régulièrement votre INR et de respecter les conseils associés à la prise de votre traitement.**

