

# معلومات للمرضى الموصوف لهم دواء **Eliquis®/إليقويس®**

اقرأ بعناية المعلومات الواردة في نشرة معلومات المريض



# ما هو إليكوييس®? Eliquis®

لقد تلقيت هذا الكتيب لأن طبيبك وصف لك تناول إليكوييس. والحالة الأولى التي يصف الأطباء فيها هذا الدواء هي الإصابة بالرجفان الأذيني وذلك لتقليل خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بسبب الرجفان الأذيني، والحالة الثانية هي الإصابة بجلطة دموية في الساق أو الرئة، وذلك لعلاج هذه الجلطة الدموية. ومن خلال هذا الكتيب، يمكنك أن تعرف الكثير من المعلومات التي تحتاج إليها مثل الأسباب الشائعة لمرضك، والأعراض الأكثر شيوعاً، والاحتياطات التي يمكنك اتخاذها لتقليل خطر الإصابة بالمرض وبعض النصائح العملية التي يمكنك اتباعها في أثناء تناول إليكوييس.

والجزء الأول من الكتيب عن الرجفان الأذيني بينما يناقش الجزء الثاني الجلطة الدموية في الساق أو الرئة. احرص على قراءة القسم الذي يتناول المرض الذي تعاني منه. وفي الجزء الأخير من الكتيب، يمكنك الاطلاع على بعض المعلومات المهمة لك بغض النظر عن المرض الذي تعاني منه، أي الأمور التي يجب أن تضعها في الحسبان عند تناول إليكوييس.

يجب عليك أيضاً قراءة نشرة معلومات المريض التي توجد في علبة دوائك، ويمكنك أيضاً الاطلاع عليها على موقع [www.fass.se](http://www.fass.se). كما يمكنك أيضاً الاطلاع على المزيد من المعلومات حول مرضك، والعلاج بدواء إليكوييس، والنصائح العملية ومواد أخرى توفر لك المعلومات على موقع [www.eliquispatient.se](http://www.eliquispatient.se)

## لمرضى الرجفان الأذيني

### أعراض الرجفان الأذيني

الرجفان الأذيني مرض يصيب القلب ويجعله ينبض بسرعة وبشكل غير متزامن. لا يلاحظ الكثير من المصابين بالرجفان الأذيني أي أعراض، ولكن بعض المرضى قد يعانون من سرعة ضربات القلب أو عدم انتظامها، أو الاثنين معًا، ويفسره بعضهم بأنه "خفقان". ومن الأعراض الأخرى التي قد تشعر بها:



التعب

ضيق التنفس

ألم في الصدر

الدوخة

قلة الحيوية/اللياقة البدنية

### أسباب الرجفان الأذيني

لم يستطع العلماء حتى الآن تحديد السبب الدقيق للرجفان الأذيني، ولكن خطر الإصابة به يزداد مع تقدمك في السن، وهو أكثر شيوعاً لدى المصابين بمشكلات أخرى في القلب.

فيمكن أن يحدث الرجفان الأذيني، مثلاً، ويرتبط بما يلي:

ارتفاع ضغط الدم

ضيق/انسداد في الأوعية الدموية التي تغذي القلب

احتشاء عضلة القلب

أمراض القلب الخلقية أو بعد جراحة القلب

التدخين

الإفراط في شرب القهوة

الإفراط في تعاطي المشروبات الكحولية

الضغوط النفسية

قصور القلب

فرط نشاط الغدة الدرقية (فرط إفراز هرمون الغدة الدرقية)

توقف التنفس في أثناء النوم

السمنة

ناقش مع طبيبك أو ممرضتك التغيرات التي يمكنك أن تجريها في أسلوب حياتك للسيطرة على الرجفان الأذيني.

# لمرضى الرجفان الأذيني

## التعايش مع الرجفان الأذيني

الإصابة بالرجفان الأذيني ليست بالضرورة قيّداً على حياتك، ويمكن لأغلب المصابين به أن يعيشوا حياتهم على الوجه الأكمل. وهناك اختلاف كبير بين المصابين بهذا المرض في عدد النوبات التي يتعرضون لها والمشكلات التي يعانون منها بسبب النوبات. فبعض المرضى تصيبهم النوبات على فترات متباينة قد تصل لعدة سنوات، بينما البعض الآخر قد يتعرض لأكثر من نوبة في الأسبوع. والبعض قد لا يلاحظ النوبة عند حدوثها، بينما البعض الآخر يعاني من إزعاج واضح.

وعلى الرغم من أن التعرض لنوبة رجفان أذيني قد يكون مزعاً جدًا وقت حدوثها، إلا أنها لا تسبب أي أضرار للقلب عند معظم المرضى. وكلما طالت مدة إصابتك بالرجفان الأذيني، زاد خطر بقاء الرجفان الأذيني وعدم عودتك إلى نظم جيبي طبيعي. قد تحتاج إلى علاج بالأدوية مؤقتاً أو لفترة أطول؛ والتي ستتضمن أدوية تساعد في علاج أعراض عدم انتظام ضربات القلب وأدوية أخرى مضادة للتختثر لتقليل خطر الإصابة بالسكتة الدماغية.

قد يحدث الرجفان الأذيني على شكل "نوبات" منفصلة تستمر ما بين دقائق قليلة و عدة أيام. وهذا النوع يُسمى "الرجفان الأذيني الانتبابي"، والذي يعني ببساطة "الرجفان الأذيني الذي يأتي في شكل نوبات". وهناك نوع آخر من الرجفان الأذيني يمكن وصفه بأنه "مستمر" أو " دائم" ، مما يعني أن الرجفان ثابت.

يحدث الرجفان الأذيني بسبب الخلايا التي تسبب خلل في ضربات القلب. وهذا يعني أن جهاز تنظيم ضربات القلب الطبيعي في القلب قد توقف عن العمل ولا يمكنه التحكم في نظم القلب. وعند الإصابة بالرجفان الأذيني، لا تستطيع الحجرتان العلويتان للقلب الانقباض معاً بكفاءة كافية، وبالتالي لا يمكن ضخ الدم بالقوة نفسها كما في السابق. وكل واحدة من هاتين الحجرتين اسمها أذين، وهذا هو سبب تسمية هذه الحالة بالرجفان الأذيني.

أكبر خطر قد يحدث بسبب الإصابة بالرجفان الأذيني هو زيادة احتمالات الإصابة بسكتة دماغية.

## ما نتائج الإصابة بالرجفان الأذيني؟

يزيد الرجفان الأذيني، مع بعض عوامل الخطر المعينة الأخرى، من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ومن تلك العوامل الأخرى الشيخوخة، والتعرض من قبل لسكتة دماغية، والسكري، وارتفاع ضغط الدم، وقصور القلب، وأمراض القلب الإقفارية.

ولأن الدم لا يتم ضخه من القلب كما ينبغي، فقد يتراكم في القلب وقد تتكون جلطة، وهي عبارة عن تراكم للدم المتختز. وإذا غادرت الجلطة القلب وانتقلت إلى الأوعية الدموية الصغيرة في الدماغ، فقد تعيق تدفق الدم، مما يؤدي إلى حدوث سكتة دماغية.  
المصابون بالرجفان الأذيني أكثر عرضة للإصابة بسكتة دماغية من غير المصابين به.

## أساليب لتقليل خطر الإصابة بالرجفان الأذيني

عندما يبدو أن نوبات الرجفان الأذيني تحدث نتيجة لسبب معين، يمكنك محاولة الحد من التعرض لنوبات جديدة عن طريق تجنب هذا السبب. فيمكنك مثلاً الامتناع عن تناول المشروبات الكحولية أو محاولة تجنب المواقف التي تسبب لك ضغوطاً نفسية. نقاش مع طبيبك أو مرضيتك التغيرات التي يمكنك أن تجريها في أسلوب حياتك للسيطرة على الرجفان الأذيني.

ولكن الكثير من الأشخاص، قد يستحب عليهم التأثير على نوبات الرجفان الأذيني لأنها يمكن أن تبدأ مثلاً في أثناء النوم. ومن خلال ممارسة الرياضة، وتقليل ما تتناوله من الأطعمة الدهنية والامتناع عن التدخين، يمكن تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، والتي بدورها قد تقلل من خطر الإصابة بالرجفان الأذيني. وهناك أيضاً أدوية يمكن أن تساعد في تقليل عدد النوبات.

# لمرضى الرجفان الأذيني

## طريقة اكتشاف الإصابة بسكتة دماغية

يمكن أن تحدث السكتة الدماغية فجأة وتحتاج إلى تصرف سريع. فيما يلي بعض العلامات المهمة للأعراض الشائعة:  
**إذا لاحظت أيًا من هذه الأعراض - لا تنتظر - اتصل بالرقم 911 على الفور.**

هل هناك شلل في الوجه؟ ابتسم بحيث تظاهر أسنانك. هل وجه المريض غير متماثل؟ هل زاوية الفم متذبذبة؟



هل يوجد ضعف بالذراع؟ ارفع الذراعين وأيقهما كذلك لمدة 10 ثوانٍ. هل تظهر على الشخص علامات ضعف/شلل بأي ذراع؟



هل هناك أي صعوبات في التحدث أو القراءة أو فهم الكلام؟ قل: "الطقس رائع اليوم". هل يجد الشخص صعوبة في استرجاع الكلمات والنطق بالكلمات المناسبة، أو كلامه غير واضح؟



ستظهر الأعراض بشكل مفاجئ ويجب معالجتها بسرعة!



ناقش اختبار FAST مع العائلة والأصدقاء حتى يتمكنوا من المساعدة في حالات الطوارئ.

قد تشمل الأعراض الأخرى الضعف أو التتميل/الشلل في جانب واحد من الجسم، أو فقدان الرؤية أو تشوش الرؤية في إحدى العينين أو كائنهما، والارتباك، والدوخة أو عدم القدرة على الوقوف بثبات.

## دواء إلوكوييس

### الأدوية التي تقلل من قدرة الدم على التجلط (مضادات التخثر)

مضادات التخثر هي عقاقير تقلل من قدرة الدم على التجلط، مما يمنع تكون الجلطات الدموية وبالتالي تقلل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية وبعض المشكلات الأخرى.

قيم طيبيك مخاطر إصابتك بسكتة دماغية بعناية ثم قرر وصف دواء إلوكوييس لك. ويساعد إلوكوييس على الوقاية من تكون الجلطات الدموية عن طريق السيطرة على إحدى المواد التي تشارك في عملية التخثر. والغرض من إلوكوييس هو تقليل خطر إصابتك بسكتة دماغية بسبب الرجفان الأذيني.

### طريقة تناول إلوكوييس®

تناول إلوكوييس دائمًا حسب إرشادات الطبيب.

جرعة إلوكوييس دائمة هي تناوله مررتين في اليوم، مرة في الصباح مثلاً ومرة في الليل.

حاول تناول القرصين في الوقت نفسه يومياً، ويمكن أن تساعد نفسك على تذكر الموعد بأن تتناول الدواء في الوقت الذي تقوم فيه بعمل روتيني آخر تقوم به عادة مررتين في اليوم.

الجرعة المعتادة من إلوكوييس هي قرص 5 ملغ مررتين في اليوم، ولكن بعض فئات المرضى قد يوصى لهم تناول 2.5 ملغ مررتين يومياً. يجب أن تبلغ قرص إلوكوييس مع كوب ماء، ويمكنك تناوله مع الطعام أو بدونه. وإذا كنت تعاني من صعوبة في البلع، فيمكنك طحن القرص. وإذا لزم الأمر، يمكنك إخراج أقراص إلوكوييس من العبوة البلاستيكية ووضعها في منظم الأدوية.

### البدء في الاستفادة من برنامج دعم المرضى الذين يتناولون دواء إلوكوييس®

يرجى زيارة موقع [www.eliquispatient.se](http://www.eliquispatient.se) للاستفادة من برنامج دعم المرضى، والذي يهدف إلى مساعدتك بطرق متعددة لفهم مرضك، والشعور بالأمان عند تناول علاجك، وتقديم أدوات مختلفة لمساعدتك على تذكر تناول دواعك.

جرعة إلوكوييس دائمة هي تناوله مررتين في اليوم، مرة في الصباح مثلاً ومرة في الليل.

## للمصابين بجلطة دموية في الساق أو الرئتين

عند الإصابة بجلطة دموية، فإن الدم يكون جلطة داخل وعاء دموي تصعب مرور الدم فيه. وعند اكتشاف الجلطة الدموية وعلاجها في وقت مبكر فإنها لا تمثل خطراً في العادة، ولكن إذا كبرت، فيمكن أن تعيق الدورة الدموية إعاقة كبيرة. وتكون الجلطات الدموية أكثر شيوعاً في الساقين وغالباً ما تبدأ في أحد الأوعية الدموية في إحدى عضلي ربلة الساق (والتي تسمى أيضاً السمانة).

**إذا كنت تشك في إصابتك**  
بجلطة دموية، فعليك طلب  
العناية الطبية على الفور  
في مركز للرعاية الصحية  
الأولية، أو مرفق للرعاية  
العاجلة أو قسم الطوارئ  
في المستشفى.

- الأعراض الشائعة للإصابة بجلطة دموية في الساق:**
- تورم ربلة الساق ودفنه، وأحياناً تحرر أو يحدث تغير في لونها
  - الشعور بتقلق في الساق
  - ألم في الساق، وخاصة عند المشي واستخدام عضلة ربلة الساق
  - التهاب عضلة ربلة الساق وشد بها عند عصرها
  - قد تبرز الأوعية الدموية السطحية في الساق مع الشعور بألم فيها
  - الإصابة يحمى بسيطة

### من العوامل التي تزيد من خطر حدوث جلطة دموية في الساق والرئة:

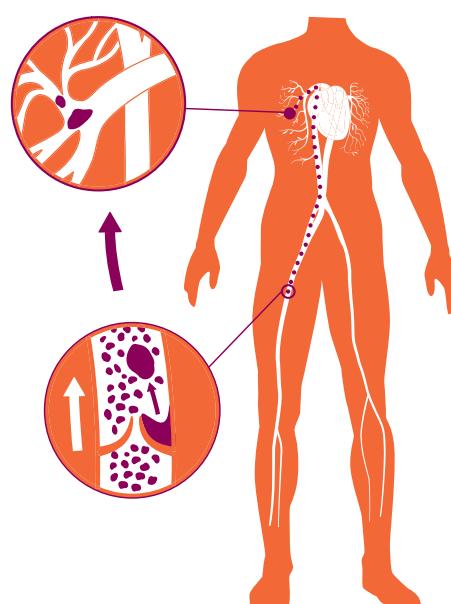
- |   |   |                             |   |
|---|---|-----------------------------|---|
| الإصابة بالسرطان، خاصة في أثناء الجراحة أو الخضوع للعلاج الكيميائي                        | ■ | الإصابة بعدوى               | ■ |
| زيادة في خلايا الدم إلى مستويات غير طبيعية  | ■ | كبر السن (أكبر من 65 عاماً) | ■ |
| تناول حبوب منع الحمل أو الأدوية الأخرى التي تحتوي على هرمون الاستروجين                    | ■ | وجود حمل                    | ■ |
| الجلوس بدون حركة لفترة طويلة، كما يحدث في أثناء الرحلات الطويلة مثلاً                     | ■ | الإصابة بالبدانة            | ■ |
| عدم القدرة على الحركة، كما يحدث بعد الجراحة مثلاً أو وجود كسر في ساقك أو ذراعك ووضع حبيرة | ■ | التدخين                     | ■ |

### ما نتائج الإصابة بجلطة دموية

في حالة اكتشاف الجلطة الدموية مبكراً وعلاجها عادة لا تكون خطيرة ولا تسبب مشاكل طويلة الأمد. في حالة عدم علاج الجلطة الدموية في أوردة أسفل من الساق فإنها قد تنمو لدرجة تؤثر تأثيراً كبيراً على تدفق الدم، ومثل هذه الحالات قد يكون علاجها أكثر صعوبة وتنطلب في حالات نادرة التدخل الجراحي. يمكن أن يصل طول الجلطة الدموية في الوريد إلى عدة أقدام، وإذا كانت في ربلة الساق فإنها قد تمتد لتصل في النهاية إلى الأوردة في الفخذ والوحوض.

وقد تتحرك الجلطات الدموية التي تتشكل في أوردة الساقين أو الحوض ويحملها الدم وتعلق في إحدى الرئتين أو كليتيهما. وفي حالة حدوث ضائقة تنفسية مفاجئة أو سعال أو ألم موضعي حاد في جانب الصدر عند التنفس فإن هذا قد يكون علامة على انتقال الجلطة الدموية مع دمك إلى الرئتين وانحصارها هناك.

من المهم أن تتلقى علاجاً للجلطة الدموية وإلا فإنها قد تنتقل إلى الرئتين، مما قد يؤدي إلى صعوبة في التنفس.



## للوقاية من جلطات الدم وعلاجها

للوقاية من تجلط الدم في الساقين، من المهم تحرير ساقيك قدر الإمكان، حتى ولو كنت راقدًا في الفراش أو تجلس لفترات طويلة. كما أن الإقلاع عن التدخين وتقليل الوزن قد يقلل من خطر الإصابة بالجلطات الدموية.

الجلطات الدموية يجب أن يتولى علاجها طبيب وعادة ما تحتاج إلى تناول مضادات التخثر. يساعد العلاج الجسم على إذابة الجلطة الدموية لإزالة الضيق في الأوعية الدموية والقليل من احتمالات حدوث جلطات دموية جديدة.

في حالة الإصابة بجلطة دموية في الساق، فقد تحتاج أحياناً لارتداء الجوارب الضاغطة في أثناء العلاج وبعدم.

وإذا كنت لا تتحرك وتستخدم عضلات ربلة الساق، فإن الدورة الدموية في الساقين تصيب أبطأ مما يزيد من احتمالات تكون الجلطات الدموية. فكر في هذا عندما تقضي وقتاً طويلاً جالساً، كما يحدث في أثناء رحلات الطيران الطويلة. ومن النصائح المفيدة القيام بتمارين الضغط على أصابع القدم والمشي قليلاً في حالة الجلوس كثيراً ولفترات طويلة.

قد تزداد احتمالات تكون الجلطات الدموية في الساقين أو الرئتين في حالة ضعف قدرة الدم على التجلط أو إذابة الجلطات، وقد يكون للعامل الوراثي دور في هذا.

## كيف تتناول دواء إليكوايس® Eliquis في حالة الإصابة بجلطة في الساق أو الرئة

ينبغي أن تتناول إليكوايس دائماً حسب إرشادات الطبيب. ولعلاج الجلطات الدموية في الساق أو الرئة، فإن الجرعة الشائعة كما يلي: الأكثر شيوعاً هو تناول قرصين كل قرصاً منهما بتركيز 5 ملغ في الصباح وقرصين كل منهما بتركيز 5 ملغ في المساء لمدة سبعة أيام. وبعد ذلك ستقلل الجرعة إلى النصف لتتناول قرصاً واحداً بتركيز 5 ملغ في الصباح والمساء لمدة ثلاثة أشهر على الأقل. اتبع تعليمات طبيبك.

إذا كنت تعاني من تكرر الإصابة بجلطات دموية، فقد تحتاج إلى تناول مضادات التخثر لعدة سنوات. لا تتوقف عن تناول إليكوايس إلا بعد استشارة طبيبك، لأن احتمال الإصابة بالجلطات الدموية قد يزيد إذا توقفت عن العلاج قبل إتمامه. ويمكنك قراءة المزيد حول طريقة تناول إليكوايس في نشرة معلومات المريض الموجودة في علبة دوائك أو على موقع [www.fass.se](http://www.fass.se).

ويُرجى أيضاً زيارة [www.eliquispatient.se](http://www.eliquispatient.se)، وستجد فيه المزيد من المعلومات حول إليكوايس وبعض الأدوات العملية وإجابات على الأسئلة الأكثر شيوعاً.

## أمور تجب مراعاتها عند تناول إليكويس/Eliquis®

### أمور تجب مراعاتها

#### كيف تتصرف إذا تناولت جرعة أكبر من اللازم من دواء إليكويس/Eliquis®؟

من فضلك أخبر طبيبك أو ممرضتك على الفور إذا تناولت جرعة أكبر من الموصوفة لك من إليكويس، مع اصطحاب عبوة الدواء معك عند توجهك إلى الطبيب، ولو كانت فارغة تماماً. إذا أخذت جرعة أكبر من الموصى بها من إليكويس، فقد يزيد هذا بشكل مؤقت من خطر إصابتكم بالنزيف.

#### في حالة الحاجة للحصول على الرعاية الطبية/ خدمات طب الأسنان

إذا كنت ستخضع لعملية جراحية أو خزعة (استصال عينة من الأنسجة) أو علاج للأسنان، فأخبر طبيبك أنك تتناول إليكويس، لأنك قد تحتاج إلى التوقف عن تناول إليكويس أو إيقافه مؤقتاً.

استخدم قلادة إليكويس وبطاقته المعدة للاحتفاظ بها دائمًا في المحفظة، لأن وجود الاثنين معك دائمًا مفيد في حالة تعرضك لحادث. إذا احتجت لاستشارة طبيب في الخارج أو في السويد، فأبّرر له بطاقة المحفظة.

#### تناول الأدوية والمكمّلات الغذائية

بعض الأدوية والمكمّلات الغذائية قد تغير من تأثير إليكويس المضاد للتخثر، فتزيد من خطر تعرضك للنفّ أو نقل من فعالية الدواء. ويمكنك الاطلاع على قائمة كاملة بالأدوية التي يمكن أن تؤثر على إليكويس في نشرة معلومات المريض الموجودة في علبة الدواء.

#### الحمل أو المرض

يجب عدم تناول إليكويس في حالات الحمل أو الإرضاع رضاعة طبيعية أو الإصابة بمرض في الكبد أو اضطراب من اضطرابات النفّ، وذلك ما لم يطلب منك طبيبك خلاف ذلك بعد معرفته بحالتك. ولذلك تذكر أن تخبر طبيبك إذا كنت تعاني من أي مما سبق.

#### ما المدة التي يجب أن تأخذ فيها دواء إليكويس/Eliquis®؟

قد تختلف مدة العلاج بدواء إليكويس من مريض لآخر؛ وقد يحتاج بعض المرضى إلى الاستمرار في تناوله إلى أجل غير مسمى. ويجب عليك دائمًا اتباع تعليمات طبيبك والاستمرار في تناول الدواء طالما طلب منك طبيبك ذلك.

#### كيف تتصرف إذا نسيت تناول جرعة؟

إذا نسيت أخذ جرعة من إليكويس، فينبعي أن تأخذ القرص بمجرد أن تذكر، ثم تناول قرص إليكويس التالي في الوقت المعتاد، ثم الاستمرار في تناوله بعد ذلك كالمعتاد. وإذا كنت غير متأكد، فاستشر طبيبك أو الشخص المسؤول عن أدويتك.



لا تتوقف عن تناول إليكويس إلا بعد  
استشارة طبيبك  
في هذا أولاً!

### الآثار الجانبية المحتملة

كما هو الحال مع جميع الأدوية، يمكن أن يسبب الإيكويس آثاراً جانبية، ولكنها لا تصيب الجميع. ويمكنك قراءة المزيد عن الآثار الجانبية في نشرة معلومات المريض الموجدة في علبة دوائك. وكما هو الحال مع الأدوية الأخرى المماثلة (مضادات التخثر)، فإن الإيكويس يمكن أن يزيد من خطر النزف، والذي قد يتطلب الحصول على الرعاية الطبية فوراً.

ومن الآثار الجانبية الأخرى التي قد تحدث: الكدمات، ووجود دم في البول (مما يغير لون البول إلى اللون الوردي أو الأحمر) أو النزف من الأنف (الرعناف)، وقد يحدث غثيان أيضاً. وفي حالة التعرض لنزف غير متوقع، يجب عليك الاتصال بطبيبك أو ممرضتك. أبلغ طبيبك أو الصيدلي أو الممرضة إذا عانيت من أيّة آثار جانبية، حتى ولو لم تكن مذكورة في نشرة معلومات المريض أو في هذا الكتيب.

### السيطرة على التزيف

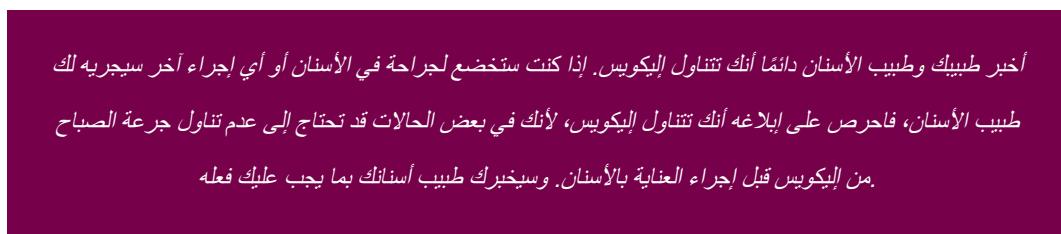
يؤثر الإيكويس على قدرة الدم على التجلط، أي التخثر، ولهذا يسبب هذا النوع من الأدوية النزف في بعض الحالات. ومن الشائع أن يستغرق أي قطع أو إصابة مماثلة وقتاً أطول قليلاً للتوقف عن النزف.

وفي حالات النزف الطفيف من الأنف أو اللثة أو الجهاز الهضمي أو وجود دم في البول، استشر الممرضة/الطبيب. إذا شعرت بالدوخة أو الإغماء أو تعرضت لنزف غزير - فاذهب فوراً إلى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى أو اتصل برقم 911.

وفي حالات اضطرابات النزف النادرة، ولكنها خطيرة للغاية، يوجد تريلق لعقار الإيكويس يمكن استخدامه لعكس تأثيره، ولكنه لا يستخدم إلا في المستشفيات في حالات الطوارئ.

### دعم المرضى

عندما وصف الطبيب لك دواء الإيكويس، فربما تكون قد حصلت على "مجموعة بدء العلاج بالإيكويس"، والتي تحتوي على مجلد المريض وقلادة. يرجى زيارة [www.eliquispatient.se](http://www.eliquispatient.se) للاستفادة من خدمة دعم المرضى الذين يتناولون الإيكويس، والذي يهدف إلى مساعدتك على فهم مرضك، والشعور بالأمان مع علاجك، أو تذكر تناول الدواء. إذا لم تكن قد حصلت على مجموعة بدء العلاج، فاتصل بفريق الرعاية الصحية المتابع لك حتى يتمكنوا من مساعدتك في الحصول عليها.



### الحياة الصحية

سيساعدك الجمع بين أسلوب حياة صحي وتناول الأدوية المناسبة لحالتك في السيطرة على مرضك أو علاج جلطة الدم التي أصابتك. ضع في الحسبان الجوانب التالية لأسلوب حياتك وكيف يمكن أن تؤثر عليك:

**النظام الغذائي:** تناول الكثير من الفاكهة والخضروات الطازجة. قلل من تناول الحوم التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون وتجنب الأطعمة التي تمر بعمليات معالجة مغذدة والوجبات الجاهزة وذلك للسيطرة على مستويات الكوليستيرول في دمك. وقلل أيضاً من الملح في طعامك وشرابك للمساعدة في السيطرة على ارتفاع ضغط الدم، لأن ارتفاع ضغط الدم عامل آخر يمكن أن يسهم، مع بعض العوامل الأخرى، في الإصابة بالرجفان الأذيني.

**ممارسة التمارين الرياضية:** تساعد ممارسة النشاط البدني بانتظام على وقايتك من الرجفان الأذيني وذلك بالسيطرة على وزنك بالإضافة إلى تحسين حالتك النفسية. استشر طبيبك/ممرضتك قبل البدء في أي شكل جديد من التمارين الرياضية، حتى تعرف أنها ليست خطيرة في ضوء حالتك الصحية.

**الضغط النفسي:** الأشخاص الذين يعانون من الضغط النفسي أكثر عرضة للإصابة بأمراض معينة، مثل الرجفان الأذيني. حاول التوصل إلى أساليب للسيطرة على الضغط النفسي وممارسة الرياضة يومياً.

**الوزن:** من المهم أن تقلل من وزنك إذا كنت تعاني من البدانة. نقاش هذا الأمر مع طبيبك/ممرضتك.

**توقف التنفس أثناء النوم:** السيطرة على توقف التنفس أثناء النوم قد تفيد في السيطرة على الرجفان الأذيني.

**المشروبات الكحولية:** هذه المشروبات يمكن أن تسبب نوبات الرجفان الأذيني، فلا تقرض في تعاطيها وناقش مع طبيبك/ ممرضتك مدى حاجتك إلى تقليل ما تتناوله منها.

لمزيد من المعلومات والدعم

Eliquispatient.se ■

[www.eliquispatient.se](http://www.eliquispatient.se)

[مدرسة مكافحة جلطات الدم] Blodpropsskolan ■

[www.blodpropsskolan.se](http://www.blodpropsskolan.se)

[الجمعية الوطنية السويدية للسكتة الدماغية] STROKE-riksförbundet ■

[www.strokeförbundet.se](http://www.strokeförbundet.se)

[الجمعية الوطنية السويدية لأمراض القلب والرئة] Hjärt- och Lungsjukas Riksförbund ■

[www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se)

[خط المساعدة الهاتفي لمرضى الرجفان الأذيني] Flimmertipslinjen ■

[www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se)

هاتف: 0720-78 00 19

[موقع إلكتروني للحصول على استشارات الرعاية الصحية العامة] Vårdguiden 1177 ■

[www.1177.se](http://www.1177.se)

Eliquis® ينتمي لمجموعة من الأدوية تسمى مضادات التخثر (أدوية سبولة الدم)، ويساعد على منع الجلطات الدموية من التشكّل بحصر العامل Xa وهو أحد مكونات الدم المهمة للتختّر. المادة الغاللة في إليكويسب® Eliquis اسمها أبيكاسابان. إليكويسب® Eliquis متوفّر في صورة أقراص مغلفة بتركيز 2.5 ملغ و 5 ملغ. يستخدم دواء إليكويسب® Eliquis مع البالغين: 1. للوقاية من تكون الجلطات الدموية (الخثار الوريدي العميق DVT) بعد جراحات مفصل الورك أو الركبة. 2. الوقاية من تكون الجلطات الدموية في القلب وذلك عند مرضي اضطراب نظم القلب (الرجفان الأذيني) والذين يؤثّر عليهم عامل خطر واحد آخر على الأقل، لأن الجلطات الدموية يمكن أن تتفصل وتنتقل إلى المخ وتسبب سكتة دماغية، أو إلى أعضاء أخرى وتمنع الدم من التدفق إليها بصورة طبيعية. 3. لعلاج الجلطات الدموية في أوردة الساق (الخثار الوريدي العميق) وفي الأوعية الدموية للرئتين (الانصمام الرئوي) وللوقاية من تكرر الإصابة بجلطات دموية في الأوعية الدموية في الساقين أو الرئتين. لا تستخدم إليكويسب® Eliquis: إذا كنت تعاني من حساسية تجاه أبيكاسابان أو أي من المكونات الأخرى لهذا الدواء أو إذا كنت تعاني من نزيف حالياً، أو إذا كان لديك مرض في عضو في الجسم يزيد من خطر حدوث نزف شديد (مثل القرحة المستمرة أو الحبيبة في المعدة أو الأمعاء، أو نزف حديث في الدماغ)، أو إذا كنت مصاباً بمرض في الكبد يؤدي إلى زيادة خطر النزف (اعتلال التخثر الكبدي)، أو إذا كنت تتناول أي أدوية لمنع تجلط الدم (مثل الوارفارين، أو الريفاروكاسابان، أو الدابيجازان، أو الهيبارين)، إلا عند تغيير علاج سبولة الدم أو عند تثبيت قسطرة رببية أو شريانية والحاجة للحصول على الهيبارين لإيقافها متفرجة أو إدخال أنبوب في الأوعية الدموية (الاستئصال بالقصطرة) لعلاج عدم انظام ضربات القلب (الانفصمة التلبية). استشر طبيبك أو الصيدلي أو الممرضة قبل تناول هذا الدواء؛ إذا كنت تعاني من مرض شديد في الكلى أو تخضع لغسيل الكلى، أو إذا كنت تعاني من مشكلات في الكبد حالياً أو تعرضت لها في الماضي، أو إذا كان مثبت لك مصام قلب صناعي أو إذا كنت تعرف أنك مصاب بمرض اسمه متلازمة مضادات الفوسفوليبيد (اضطراب في الجهاز المناعي يزيد من خطر الإصابة بالجلطات الدموية). للحصول على معلومات كاملة عن إليكويسب® Eliquis، اقرأ بعناية نشرة معلومات المريض الموجودة في علبة الدواء (انظر أيضاً [www.fass.se](http://www.fass.se)).

Bristol Myers Squibb, 08-704 71 00, [www.bms.com/se](http://www.bms.com/se) Pfizer Innovations AB, 08-550 52 000, [www.pfizer.se](http://www.pfizer.se)

الإصدار 4

