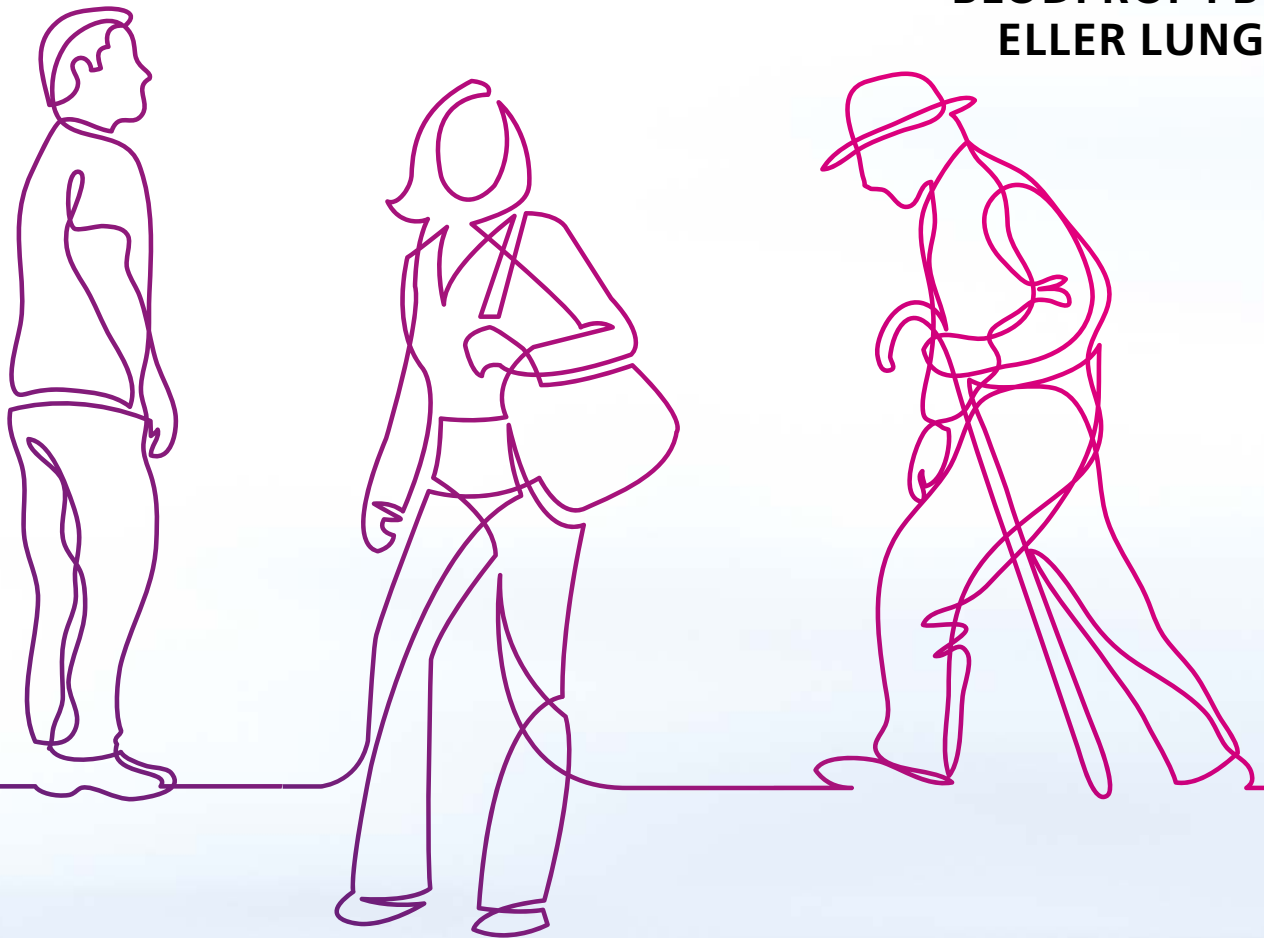


BLODPROP I BEN ELLER LUNGER



Til dig som er i behandling
med Xarelto[®] for **blodprop i benet**
eller **lungerne**

Patientinformation



Indholdsfortegnelse

Veneblodprop og/eller lungeblodprop	3
Årsager til vene-/lungeblodprop	4
Symptomer	4
Psykisk påvirkning	4
Behandling	6
Kontrol af nyrefunktion	6
Dosering.....	7
Hvordan skal du tage Xarelto?	8
• Daglig rutine	8
• Hvis du glemmer at tage Xarelto	8
• Information om mad og drikke	8
Bivirkninger	9
• Blødning	9
Xarelto og andre lægemidler	10
Forholdsregler	11
Planlagt operation, biopsi eller tandlægebesøg	12
Patient- /ID-kort.....	12
Medicinudgift.....	12
Hyppige spørgsmål	13
Forslag til venepumpeøvelser	14

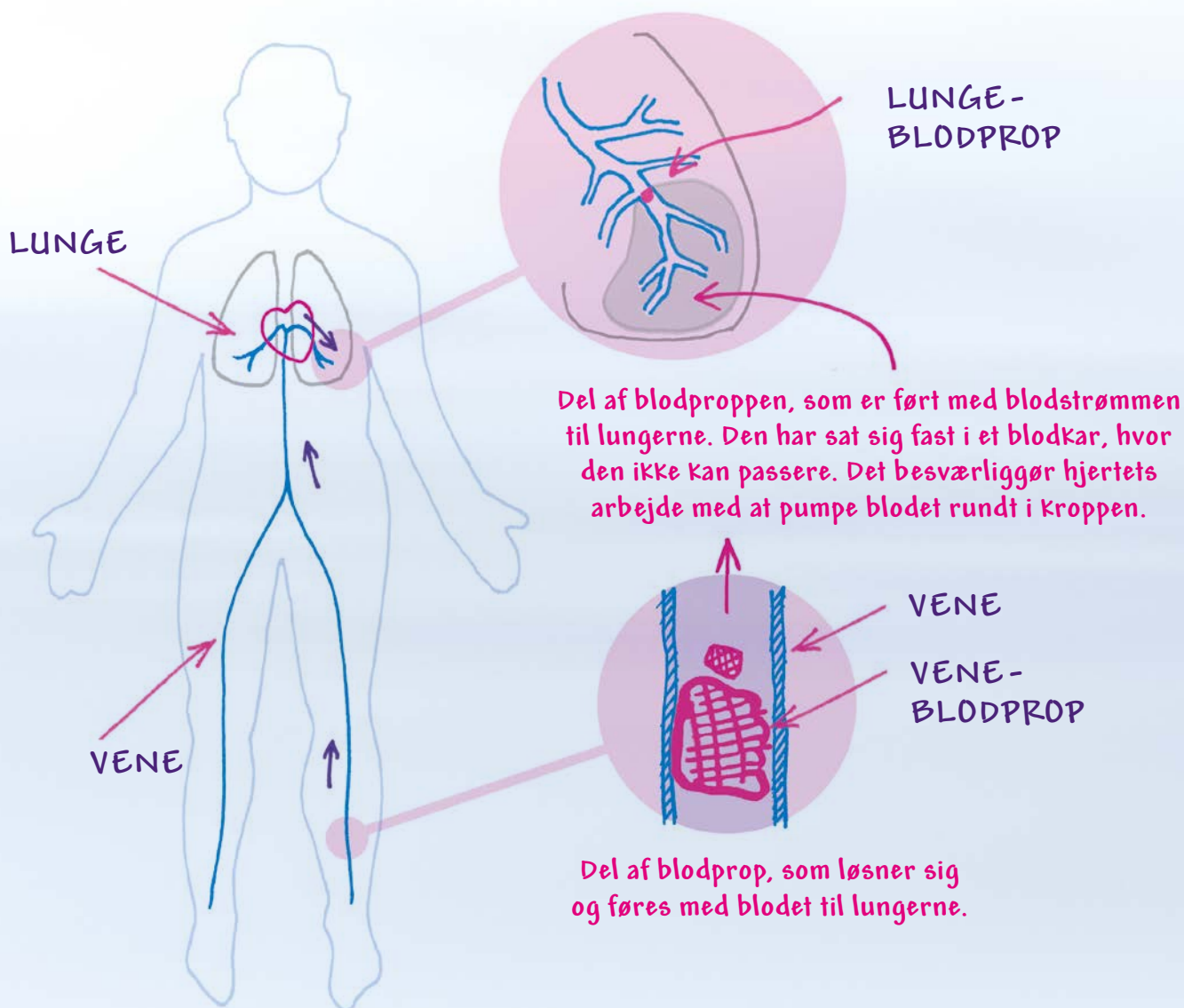
Du har fået denne pjece, fordi du har fået en blodprop i en vene og/eller i lungerne. Din behandlende læge har ordineret behandling med Xarelto, som er en blodpropforebyggende (også kaldet blodfortyndende) behandling.

Veneblodprop og/eller lungeblodprop

En veneblodprop kaldes også for en **Dyb VeneTrombose** (DVT). Det er en blodprop, der opstår i en vene, som er et blodkar, der fører blodet tilbage til hjertet. En blodprop kan opstå i alle kroppens vener, oftest i benet eller bækkenet, men også i armen.

En veneblodprop forhindrer blodet i at blive pumpet retur til hjertet. Sidder blodproppen i benet, vil det derfor ofte blive hævet, fordi blod og væske hober sig op. Benet kan være hævet helt op til lysken afhængig af, hvor i venen blodproppen sidder. Tilstanden vil desuden ofte give ømhed, rødme, varme og smerter.

En veneblodprop kan udvikle sig til en lungeblodprop. Det kaldes også for en **LungeEmboli** (LE). Der vil oftest være tale om en mindre del af en veneblodprop, der har løsnet sig, og som er ført med blodet til lungerne. Her kan blodproppen blokere helt eller delvist for blodstrømmen gennem lungerne.



Årsager til vene-/lungeblodprop

- ◆ Operation
- ◆ Større traume
- ◆ Infektion
- ◆ Graviditet
- ◆ Hormonbehandling fx. p-piller
- ◆ Lange fly- bil- eller busrejser
- ◆ Langvarigt sengeleje
- ◆ Behandling med gips eller skinne
- ◆ Stillesiddende livsstil, fx. lammelse
- ◆ Kronisk hjertesygdom
- ◆ Kronisk lungesygdom
- ◆ Kronisk infektion
- ◆ Kræftsygdom
- ◆ Svær overvægt
- ◆ Åreknuder på benene
- ◆ Cyste i knæled (Bakers cyste)
- ◆ Arvelig disposition til blodprop
- ◆ Tidligere vene-/lungeblodprop
- ◆ Høj alder

Det er ikke hos alle personer med veneblodprop eller lungeblodprop, at man kan finde årsagen til blodproppen.

NB: En blodprop i lungen er en alvorlig medicinsk tilstand, der skal tages alvorligt. Du skal derfor straks søge lægehjælp.

Symptomer

De hyppigste symptomer på veneblodprop er hævelse og ømhed i underbenet/læggen. De hyppigste symptomer på lungeblodprop er åndenød og brystmerter. Hos nogle personer ses kun hoste, træthed og stakåndethed.

Psykisk påvirkning

Du kan opleve at være psykisk påvirket og have følelsen af, at kroppen er i alarmberedskab.

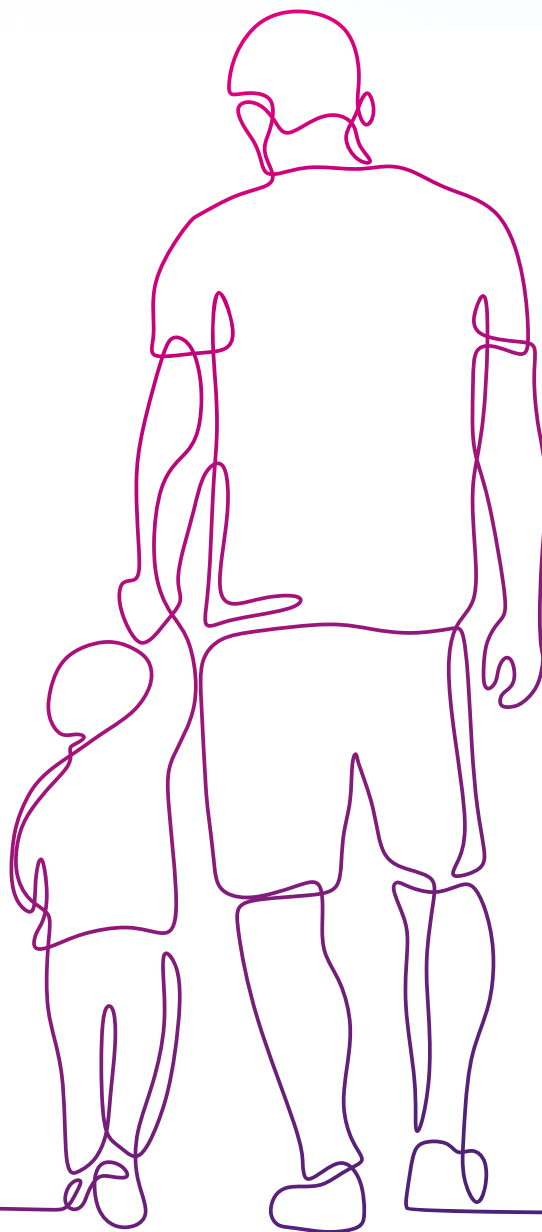
Du vil typisk være meget opmærksom på kroppens tegn og symptomer og være bekymret for, om der sker forværring af din tilstand. Det er helt naturligt.

Risikoen for en ny blodprop er heldigvis begrænset, når du er opstartet i blodpropforebyggende behandling.

Tal med din behandlende læge, sygeplejerske eller overvej eventuelt at blive henvist til psykolog eller psykiater, hvis du vedvarende er psykisk påvirket.

Husk: Det er helt naturligt at være psykisk påvirket i forbindelse med sygdom – og vigtigt, at du taler med nogen om det.

Det er naturligt at være psykisk påvirket – tal med nogen om det



Behandling

Når det er konstateret, at du har en veneblodprop, skal du snarest muligt starte behandling med blodpropforebyggende medicin, fx. Xarelto. Medicin modvirker, at blodprop-
pen udvikler sig yderligere og hjælper kroppen med at opløse den eksisterende blodprop.

Xarelto er en blodpropforebyggende behandling, som mindsker blodets evne til at størkne. Hermed reduceres din risiko for en ny blodprop. Hvor længe du skal være i behandling afhænger af din individuelle risiko, og din behandlende læge beslutter derfor, hvornår du eventuelt skal stoppe behandlingen med Xarelto. Mange patienter skal i langvarig blodpropforebyggende behandling.

Efterbehandling

Udover den blodpropforebyggende behandling vil nogle patienter få udleveret en kompressionsstrømpe. Er du en af disse patienter, er det vigtigt, at du bruger strømpen som foreskrevet, det vil sige i dine vågne timer. Kompressionsstrømpen skal tages af om natten. En kompressionsstrømpe kan afhjælpe generne fra hævede ben.

Derudover er det vigtigt at være fysisk aktiv hver dag. Gåture og cykelture hjælper kroppen både med at komme sig og med at forebygge nye veneblodpropper. Det anbefales også at lave venepumpeøvelser, gerne flere gange dagligt. Se vejledning bagerst i denne folder.

Det er også vigtigt at undgå dehydrering ved at drikke væske hele dagen igennem.

Kontrol af nyrefunktion

Xarelto udskilles primært via dine nyrer, og derfor har din nyrefunktion betydning for, hvilken dosis, du skal have. Hvis du har nedsat nyrefunktion, vil du være længere tid om at udskille Xarelto. Du skal derfor måske have en lavere dosis.

Din nyrefunktion skal kontrolleres med jævne mellemrum. Det sker via blodprøvekontrol hos din behandler. Det kan være egen læge, en speciallæge eller sygeplejerske.

Er du udskrevet fra hospitalet, skal du selv bestille tid

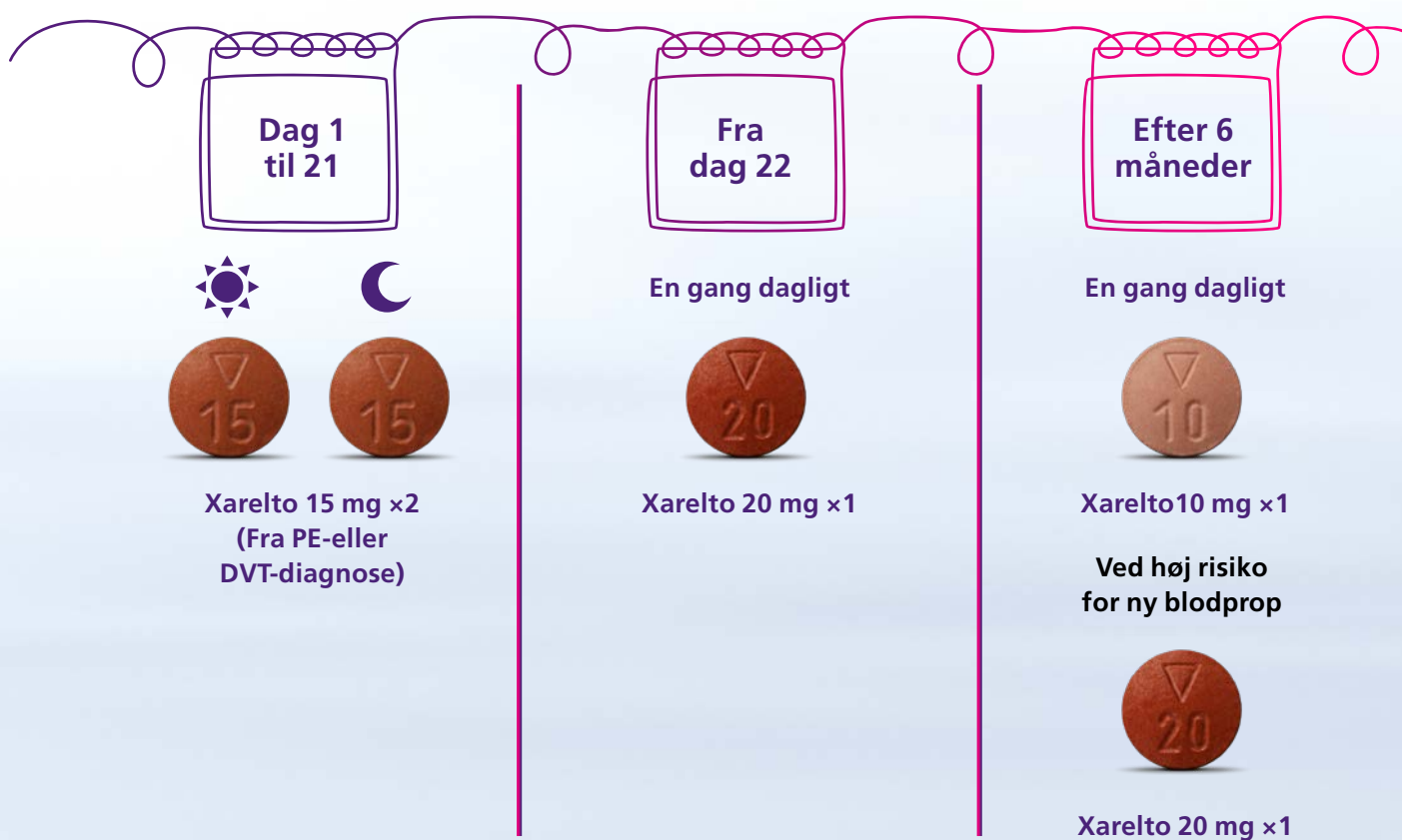
hos egen læge til blodprøvekontrol (væsketal inkl. eGFR). Afhængig af varigheden af din behandling skal det ske efter 3, 6, 9 og 12 måneders Xarelto-behandling det første år. Er du i behandling på ubestemt tid, skal der tages blodprøvekontrol minimum 1 gang årligt, med mindre din egen læge anbefaler det anderledes.

Du skal tage Xarelto som ordineret af din behandlende læge, ellers øger du din risiko for at få en ny blodprop. Du må **ikke** stoppe med at tage din medicin eller holde pause med den uden aftale med din behandlende læge eller sygeplejerske.

Dosering

I de første 3 uger skal du tage Xarelto 15 mg 2 x dagligt, 1 tablet morgen og 1 tablet aften. Efter de tre uger skal du tage Xarelto 1 gang dagligt, enten 20 mg eller 15 mg 1 x dagligt afhængig af din nyrefunktion.

Nogle patienter fortsætter behandling med Xarelto på ubestemt tid. I så fald kan dosis reduceres til 10 mg efter 6 måneder. Enkelte personer skal dog fortsat have en daglig dosis på 20 mg. Din behandlende læge beslutter, hvor længe du skal være i behandling med Xarelto, og hvilken dosis du skal have.



Hvordan skal du tage Xarelto?

Tabletterne skal tages sammen med mad, idet det øger optagelsen af medicinen. Tabletten må gerne knuses og blandes op i lidt vand eller mad, hvis du har svært ved at synke den hel. Tabletten er lille og må **ikke** deles. Den har ikke delekærv, og det er derfor svært at sikre korrekt dosering.

Daglig rutine

Det er bedst at have en fast rutine omkring, hvornår du tager Xarelto – så tag tabletterne **på samme tidspunkt hver dag**, så du ikke glemmer det.



Der findes en række værktøjer, som kan hjælpe dig med at huske at tage din medicin:

- ✓ Apps med reminder funktion
- ✓ SMS reminder (fx. [apotekeren.dk](https://www.apotekeren.dk), [drugstars.com/da/](https://www.drugstars.com/da/))
- ✓ Doseringsæsker (kan benyttes uanset alder og fås i et utal af størrelser og farver)

Hvis du glemmer at tage Xarelto

Hvis du glemmer at tage en tablet i de første 3 uger, skal du tage den straks, du kommer i tanke om det. Det er vigtigt, at du får den fulde dagsdosis Xarelto.

Hvis du glemmer en dosis efter de første 3 uger, skal du tage tabletten så hurtigt som muligt. Har du glemt at tage Xarelto en hel dag, skal du fortsætte den følgende dag som normalt. Du må aldrig tage dobbelt dosis på samme dag, fx. for at kompensere for glemt dosis fra dagen før.

Hvis du har taget for meget Xarelto, skal du straks ringe til lægen.

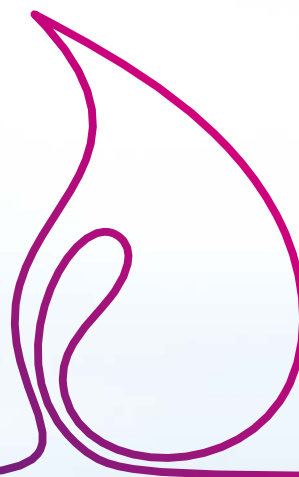
Information om mad og drikke

Der er ingen restriktioner for, hvad du må spise og drikke, når du tager Xarelto. Det anbefales dog, at du følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger vedrørende alkohol – højst 7 genstande for kvinder og højst 14 genstande for mænd om ugen. Dertil kommer, at man bør fordele disse på ugens dage og stoppe før femte genstande ved samme lejlighed.

Din behandlende læge eller sygeplejerske kan vejlede dig i forhold til, hvor meget du maksimalt bør drikke om ugen.

Bivirkninger

Alle lægemidler kan give bivirkninger, men det er ikke alle, der oplever disse. Nogle oplever fx. **hovedpine og træthed** efter opstart af Xarelto. Generne forsvinder ofte efter en måneds tid. Kontakt **altid** din behandlende læge, hvis du har bivirkninger, som fortsætter.



Blødning

Andre bivirkninger kan være blødninger fra næse eller mund, blod i urinen (rødlig farvet/ brun urin), blod i afføringen (sort afføring), opkastning af blod (kaffegrums-lignende opkast) eller ophostning af blod.

Får du en **kraftig blødning** eller en blødning, som ikke stopper af sig selv, skal du søge akut lægehjælp.

Hvis du får et **kraftigt slag** mod mave, bryst eller hoved, skal du også søge akut lægehjælp for at få kontrolleret, om alt er, som det skal være.

Søg også akut lægehjælp ved **usædvanlig svaghed, træthed, bleghed, svimmelhed, hovedpine, uforklarlig hævelse eller ubehag, uforklarlige smerter, åndenød, brystsmerter eller hjertekramper** (angina pectoris). Alle nævnte symptomer kan være tegn på blødning.

Xarelto og andre lægemidler

Samtidig indtag af anden medicin kan øge eller nedsætte effekten af Xarelto. Det kaldes for lægemiddelinteraktion.

Informér altid din læge om alle de lægemidler du tager. Det gælder også, hvis du opstarter ny medicin - også kosttilskud og naturmedicin. Du bør fx. ikke tage **perikon/perikum eller naturlægemidler**, der indeholder perikon/perikum, sammen med Xarelto, fordi den blodpropforebyggende virkning af Xarelto kan nedsættes.

Tag ikke smertestillende lægemidler som Kodimagnyl, Ibumetin, Ibuprofen, Ipren og Treo. Disse lægemidler har blodfortyndende effekt og øger din blødningsrisiko. Du må derimod gerne tage smertestillende lægemidler, som indeholder paracetamol (f.eks. Pamol, Pinex og Panodil) sammen med Xarelto.

Tag heller ikke lægemidler mod svamp uden først at have rådspurgt din behandlende læge eller sygeplejerske.

Eventuelt kan du undersøge for mulige interaktioner på hjemmesiden, som dog mest er for fagfolk: www.interaktionsdatabasen.dk

Forholdsregler

Kontakt din læge inden du tager Xarelto:

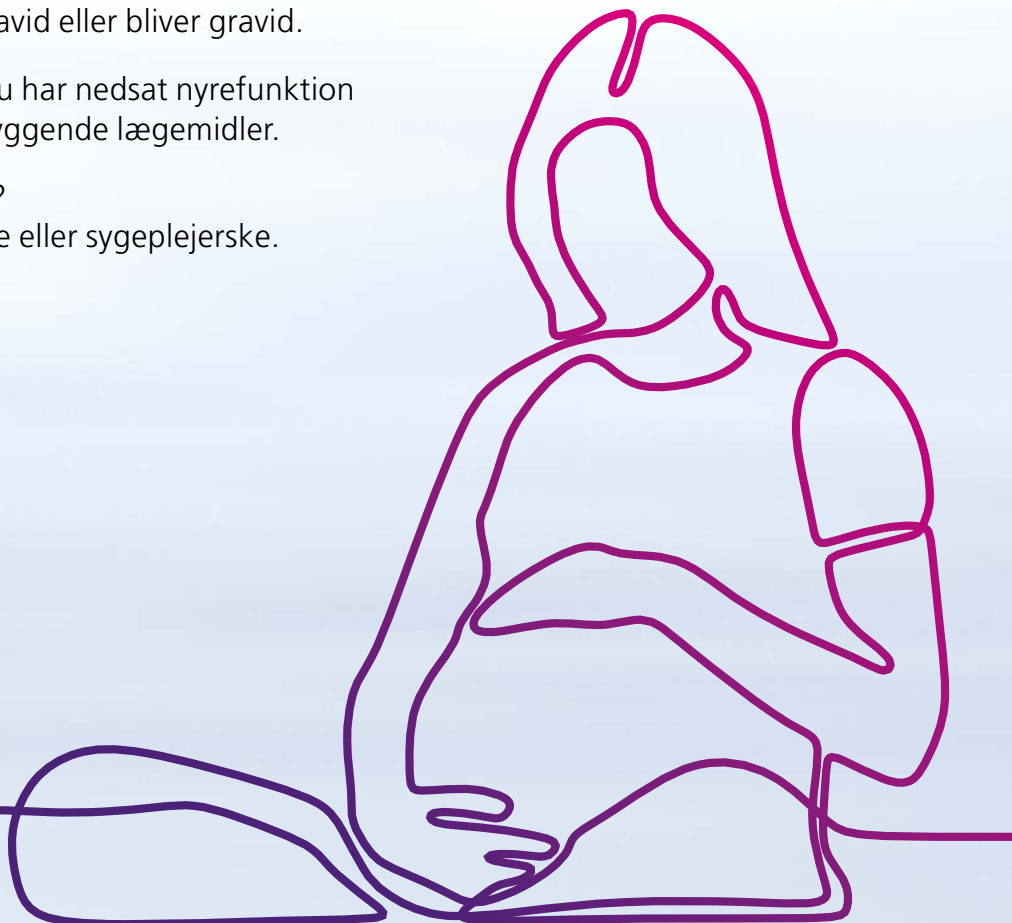
- ◆ Hvis du er allergisk (overfølsom) over for rivaroxaban eller et af de øvrige indholdsstoffer i Xarelto
- ◆ Hvis du har en tilstand eller sygdom, der øger din risiko for alvorlige blødning (f.eks. mavesår, hjerneblødning, nylig operation i øjne eller hjerne)
- ◆ Hvis du har en aktuel blødning
- ◆ Hvis du har en leversygdom, som indebærer øget blødningsrisiko
- ◆ Hvis du tager anden blodfortyndende medicin

Xarelto er ikke godkendt til behandling af gravide. Kontakt din læge, hvis du planlægger at blive gravid eller bliver gravid.

Kontakt også din læge, hvis du har nedsat nyrefunktion eller får andre blodpropforebyggende lægemidler.

Har du spørgsmål om Xarelto?

Tal med din behandlende læge eller sygeplejerske.



Planlagt operation, biopsi eller tandlægebesøg

Hvis du skal gennemgå en planlagt operation, biopsi eller tandudtrækning, er det nødvendigt, at du informerer din læge/tandlæge om, at du er i behandling med Xarelto.

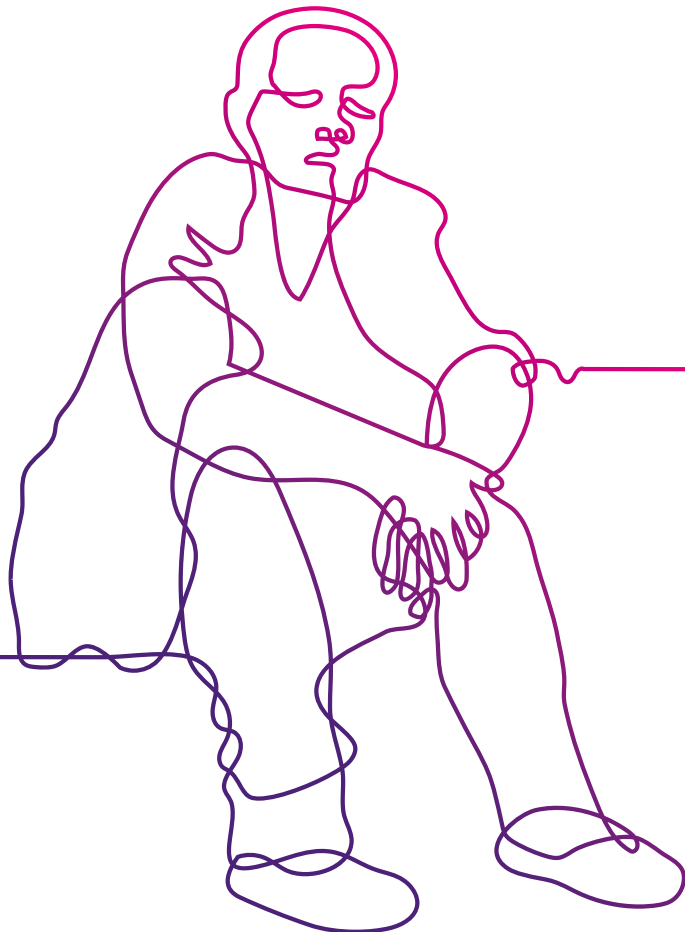
Hvis din behandling med Xarelto sættes på pause, er det vigtigt, at der er aftalt en plan for, hvornår du skal tage den næste Xarelto tablet, og at du følger denne plan nøje.

Patient- /ID-kort

Du finder et id-kort påklippet denne folder. Du kan også få et trykt patientkort af din behandlende læge eller sygeplejerske med information om, at du er i behandling med Xarelto. Du skal altid bære et af disse kort på dig og vise det, når du behandles hos læger, tandlæger eller andet sundhedspersonale.

Medicinudgift

Nogle oplever, at opstart med Xarelto er en større udgift. Du kan få lavet en betalingsordning på dit lokale apotek, som kaldes for "henstandsordning". Den gør det muligt at fordele dine medicinudgifter over året.



Hyppige spørgsmål og svar om blodpropforebyggende behandling:

Tatoveringer

Må jeg få lavet en tatovering, når jeg er i blodpropforebyggende behandlingen?

Når du er i blodpropforebyggende behandling kan blodet være længere om at størkne. Tal med din behandlende læge eller sygeplejerske, som kender din situation og kan rådgive dig.

Dykning

Kan jeg dykke, når jeg er i blodpropforebyggende behandling?

Blødninger er typiske skader, som kan optræde sammen med dykkerrelaterede skader. Tal med din behandlende læge, som kender din situation og kan rådgive dig.

Kontaktsport og mountainbike?

Må jeg dyrke kontaktsport og mountainbike, når jeg er i blodpropforebyggende behandling?

Kontaktsport er relateret til spark og slag. Mountainbike er forbundet med styrt og evt. slag mod hoved eller andre vitale organer. En eventuel indre blødning kan være risikofyldt, når du er i blodpropforebyggende behandling. Tal med din behandlende læge eller sygeplejerske, som kender din situationer og kan rådgive dig.

Menstruation

Kan jeg tage blodpropforebyggende behandling, når jeg menstruerer?

Din blødning kan opleves kraftigere, når du menstruerer, og du kan bløde flere dage, end før du kom i blodpropforebyggende behandling. Hvis du er hæmmet i din dagligdag, skal du tale med din behandlende læge eller sygeplejerske.

P-piller

Er risikoen for blodpropper større, når jeg tager p-piller?

Der kan være en øget risiko for blodpropper i ben/lunger – P-piller af 2. generationstypen bør være første valg. Alternativt kan en spiral eller minipiller være en løsning. Kontakt din læge for mere information.

Potens / Sex

Kan jeg dyrke sex, når jeg er i blodpropforebyggende behandling?

Der er intet i vejen for at dyrke sex, når du er i blodpropforebyggende behandling og potensen påvirkes ikke af medicinen.

Alkohol

Kan jeg drikke alkohol, når jeg er i blodpropforebyggende behandling?

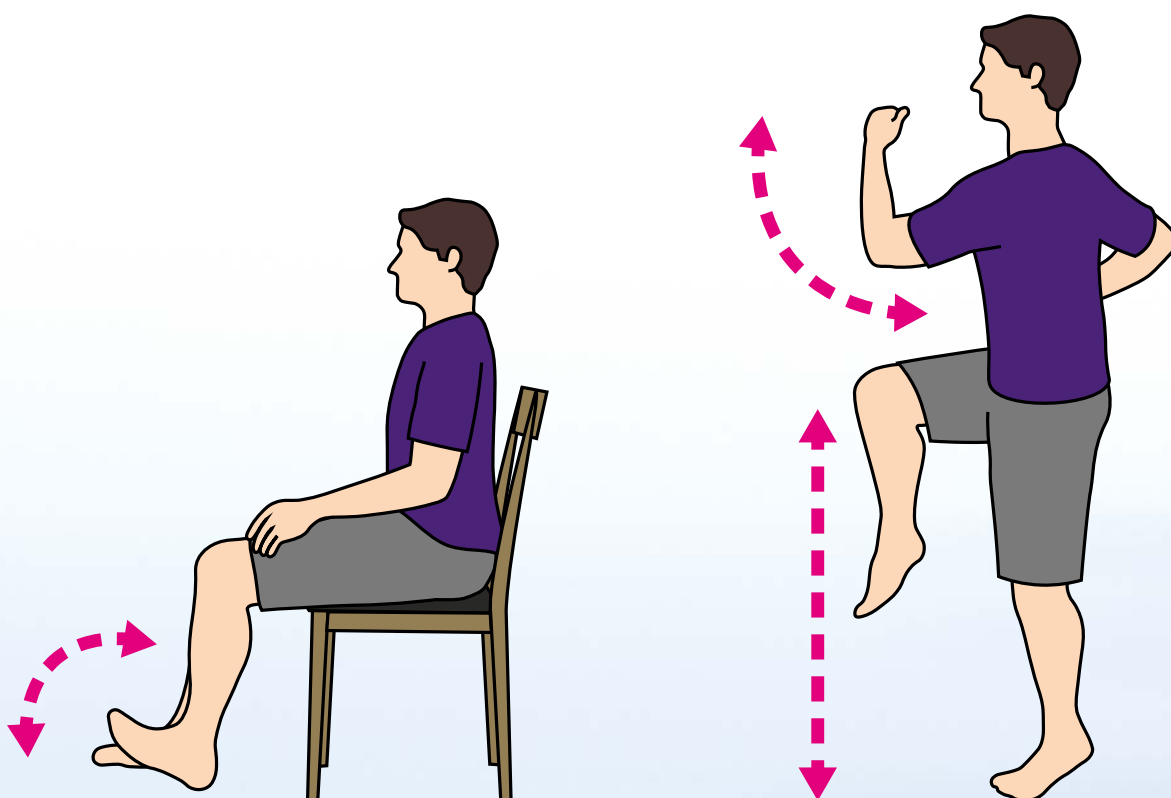
Et højt alkoholforbrug kan øge risikoen for blodprop eller blødning i hjernen. Alkohol øger blodtrykket, og forhøjet blodtryk er en direkte årsag til blodprop eller blødning i hjernen.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger er højst 7 genstande for kvinder og højst 14 genstande for mænd om ugen. Dertil kommer, at man bør fordele disse ud på ugens dage og stoppe før 5 genstande ved samme lejlighed.



Forslag til venepumpeøvelser

Aktive venepumpeøvelser, hvor musklerne i underbenene aktiveres, kan forebygge væskeophobninger i benene. Øvelserne hjælper til at blodet presses tilbage til hjertet og forhindrer blodet i at løbe den forkerte vej.

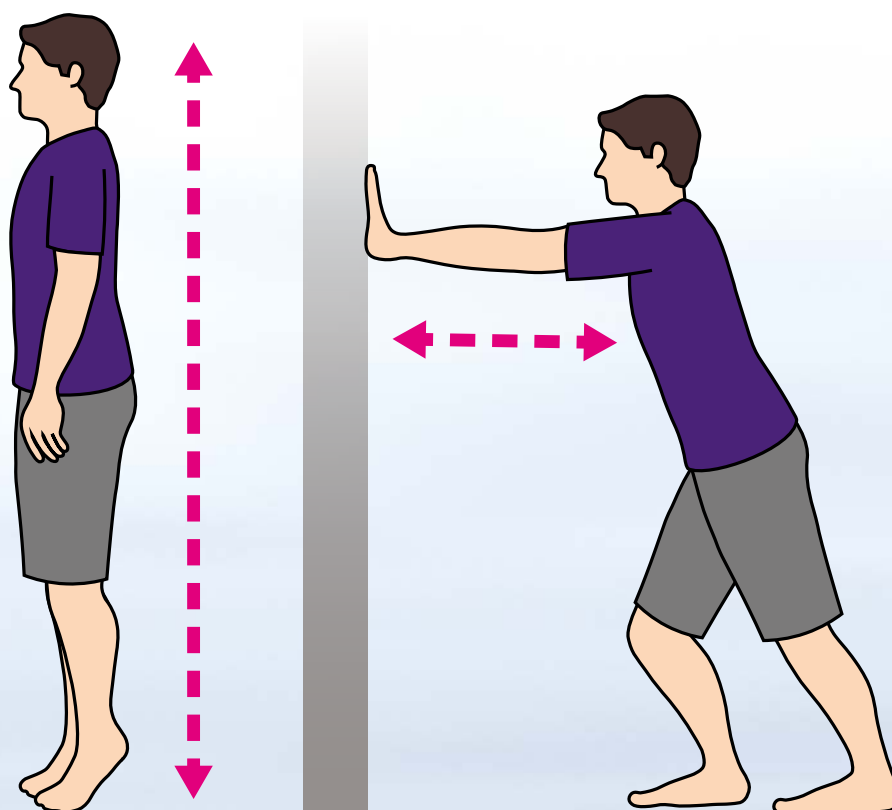


Lav vippe og dreje øvelser med fødderne. Læg evt. benet højt, hvis du sidder eller står længe af gangen. Øvelsen kan også laves liggende.

Tramp på stedet i 1–2 minutter og sving gerne armene med.

Sidder eller ligger, du stille i længere tid f.eks. under transport eller i en sygeseng er det en god idé at komme op at stå og lave fysisk bevægelse, samt at lave vena-pumpeøvelser ofte.

Derudover anbefales det at drikke rigeligt med væske og bruge kompressionsstrømper.



Stå skiftevis på hæl og tå, mens du holder kroppen rank. Start med 5–10 gentagelser, men det kan øges så du efter 2–3 uger kan lave 20–30 gentagelser.

Stræk lægmusklerne ved at placere det ene ben bagud og læn dig frem over det forreste ben til det strammer i læggen bagpå. Det må ikke gøre ondt. Hold stillingen i 20 sek. og skift ben.

