

SANDOZ

En Suisse depuis 1886.

Cardiovasculaire

Comprendre les anticoagulants

Informations destinées aux patients auxquels des antithrombotiques sont prescrits.

Informations
utiles pour
protéger votre
santé.



Les anticoagulants, également appelés inhibiteurs de la coagulation ou antithrombotiques, vous sont prescrits pour **vous protéger de maladies pouvant mettre en jeu votre pronostic vital**¹.

La prise d'un anticoagulant peut vous sembler une étape difficile à franchir, surtout si le risque de saignement vous inquiète. Toutefois, il est essentiel de rappeler que **les bénéfices sont généralement supérieurs aux risques, même chez les personnes âgées ou chez celles présentant un risque accru de saignement**^{2,3}.

Ce guide présente des réponses claires aux questions fréquemment posées, ainsi que des recommandations simples et des conseils pratiques pour vous informer, vous et vos proches, et vous aider à aborder chaque étape avec confiance.

Qu'est-ce qu'un caillot sanguin ?



Les **caillots sanguins** font partie d'un mécanisme naturel de l'organisme qui consiste à arrêter les saignements. Également appelé **coagulation**, ce processus empêche les petites coupures ou blessures de s'aggraver.

Qu'est-ce qu'une thrombose ?



Le terme **thrombose** désigne la formation de caillots indésirables à l'intérieur des vaisseaux sanguins.

Ces caillots sanguins peuvent **se déplacer** dans le système sanguin et ainsi **ralentir ou bloquer** la circulation sanguine, ce qui risque de **provoquer de graves problèmes de santé**.

Certaines situations, comme une intervention chirurgicale, l'immobilité, un rythme cardiaque irrégulier ou une maladie de longue durée, peuvent accroître les risques de développer ces caillots.



Un traitement anticoagulant adapté permet souvent de réduire ou d'éviter la formation de caillots sanguins.

Qu'est-ce qu'une thromboembolie ?

Si un caillot s'échappe et se déplace dans le système sanguin, il peut bloquer la circulation sanguine en direction d'organes vitaux et entraîner les complications suivantes :



Embolie pulmonaire

Blocage au niveau des vaisseaux sanguins des poumons



Accident vasculaire cérébral (AVC)

Blocage de la circulation sanguine à l'intérieur du cerveau



Infarctus

Blocage au niveau des artères du cœur



Thrombose veineuse profonde

Blocage au niveau des veines profondes, généralement dans les jambes

Si vous avez déjà présenté l'un de ces problèmes, vous avez plus de risques de présenter un autre événement de ce type.



Bien que chacun de ces médicaments contribue à prévenir les caillots, ces anticoagulants fonctionnent de différentes manières et sont prescrits pour traiter différentes maladies.

Qu'est-ce qu'un anticoagulant ?

Si vous présentez un risque de développer des caillots sanguins dangereux, votre médecin peut vous prescrire un **anticoagulant**.

Un anticoagulant, également appelé **anti-thrombotique**, diminue la **capacité de coagulation** du sang afin d'assurer une circulation sanguine efficace.

Ce type de médicament est fréquemment prescrit pour **prévenir la formation de caillots** dans des affections telles que la **thrombose veineuse profonde**, la **fibrillation auriculaire** (rythme cardiaque irrégulier) et l'**embolie pulmonaire**.

Types d'anticoagulants

Il existe différents types d'**anticoagulants**. Tous nécessitent une **surveillance régulière**. Votre médecin choisira celui qui **vous convient le mieux**.

- Les **AOD**, ou anticoagulants oraux directs, sont des anticoagulants **modernes administrés par voie orale (par la bouche)**, généralement une à deux fois par jour.
- Les **AVK**, ou antagonistes de la vitamine K, sont des anticoagulants qui nécessitent l'**adoption d'un régime alimentaire spécifique et la prise de doses quotidiennes différentes**.
- Les **anticoagulants injectables**, comme l'héparine, sont généralement administrés dans le cadre d'un **traitement à court terme** ou à l'hôpital.
- Les **antiagrégants plaquettaires**, tels que l'aspirine à faible dose, le clopidogrel, le ticagrélor ou le prasugrel, fonctionnent différemment des anticoagulants; ils **empêchent les plaquettes de s'agglutiner les unes aux autres**.

Conseils pour utiliser votre anticoagulant en toute sécurité

Étant donné que les anticoagulants ralentissent la coagulation, l'arrêt d'un saignement peut prendre plus de temps¹. Voici quelques conseils à suivre pour vous protéger :



Prenez toujours votre médicament à la même heure, conformément à votre ordonnance.



Informez votre médecin que vous êtes sous anticoagulants avant une intervention chirurgicale ou des soins dentaires.



Évitez certains antidouleurs.



Limitez votre consommation d'alcool, de compléments alimentaires et de certains aliments et boissons.



Évitez les sports dangereux et utilisez un équipement de protection pour travailler, jardiner ou lors de vos loisirs.



Évitez les tatouages, piercings ou manucures non professionnelles, susceptibles de causer de petites coupures et d'accroître les risques de saignement.



Faites attention aux ecchymoses et aux signes de saignements inhabituels.

Si vous avez des questions sur ces points, consultez votre médecin ou votre pharmacien(ne).



Pourquoi est-il important de prendre ses anticoagulants de façon régulière ?

Il est normal que vous vous inquiétiez du risque de saignement, mais **les bénéfices de la prévention d'un AVC ou d'un caillot sont supérieurs** au risque de saignement.

Les anticoagulants peuvent réduire le risque d'AVC de

↓ 64 %

Chez les personnes présentant un rythme cardiaque irrégulier (fibrillation auriculaire), les anticoagulants réduisent le risque d'AVC de près de deux tiers et le risque de décès de plus d'un quart.

Les bénéfices sont généralement supérieurs aux risques, même chez les personnes âgées ou chez celles présentant un risque accru de saignement.

Même si vous présentez un risque élevé de saignement, la prise d'un anticoagulant peut diminuer votre risque d'AVC de près de moitié.

La poursuite de votre traitement anticoagulant peut vous protéger sur le long terme.

Si vous avez déjà développé un caillot sanguin, la poursuite du traitement pendant au moins un an peut réduire le risque que vous en ayez un autre de plus de deux tiers.



Prenez votre anticoagulant tous les jours conformément à votre ordonnance : cela permet de prévenir la survenue d'AVC et la formation de caillots dangereux, même si vous présentez un risque accru de saignement.

Questions fréquentes sur les anticoagulants

1

Que faire si je dois subir une intervention chirurgicale ou des soins dentaires ?

Contactez toujours votre médecin ou votre dentiste à l'avance. Il se peut que vous deviez arrêter votre traitement anticoagulant avant l'intervention ou les soins — et le reprendre ensuite — mais uniquement sur les conseils d'un médecin.

3

Puis-je prendre des antidouleurs alors que je suis sous anticoagulants⁹ ?

Évitez de prendre des antidouleurs comme de l'ibuprofène, du diclofénac, du naproxène et du kétoprofène, à moins que votre médecin ne vous y autorise. Le paracétamol est généralement recommandé, mais demandez toujours l'avis de votre pharmacien(ne) avant d'en prendre.

2

Que faire si je me blesse ou si je saigne¹ ?

En cas de légère coupure, exercez une pression sur la plaie jusqu'à ce que le saignement s'arrête. En cas de saignement important ou qui ne s'interrompt pas, ou en cas de blessure à la tête, **consultez immédiatement un médecin.**

4

Que faire si je manque une dose⁸ ?

Prenez-la dès que vous vous en rendez compte, sauf s'il est presque l'heure de prendre la dose suivante. Ne prenez jamais de double dose. En cas de doute, **consultez votre médecin ou votre pharmacien(ne).**



Vous avez d'autres questions ?

Si vous avez des doutes, que ce soit à propos d'éventuels effets secondaires, de doses manquées ou du fonctionnement de votre médicament, parlez-en à votre médecin, à votre infirmier/infirmière ou à votre pharmacien(ne). Ils sont là pour veiller à votre sécurité et à votre bien-être.

L'importance du soutien dans les soins

Vous n'êtes pas seul(e) et vous n'avez pas à vivre cette situation seul(e).

La prise d'un traitement anticoagulant peut parfois sembler insurmontable, mais vous pouvez rendre cette situation plus simple à gérer en vous faisant accompagner par vos proches – votre famille, vos amis ou des personnes qui se trouvent dans une situation similaire.



Impliquez vos proches

Montrez cette brochure à l'un de vos proches. Ensemble, abordez les points importants, posez des questions et soutenez-vous mutuellement.



Gardez le cap plus facilement grâce à leur aide

Rappel de votre prochaine dose, accompagnement aux visites ou simple présence à vos côtés: le soutien de vos proches peut vous aider à suivre votre traitement.



Prenez contact avec des personnes qui se trouvent dans la même situation

En rejoignant un groupe de soutien ou en échangeant avec des personnes qui sont également sous anticoagulants, vous prendrez confiance, vous vous sentirez plus à l'aise et vous bénéficierez également de conseils utiles.

Tout **accompagnement, même anodin**, peut vous aider à respecter votre traitement et à vous sentir plus **en confiance, jour après jour**.



N'hésitez pas à vous faire accompagner.

Parlez de vos préoccupations ou de vos doutes à votre médecin, à votre infirmier/infirmière, à votre groupe de soutien ou à votre pharmacien(ne).





Points importants à retenir :



Vous n'êtes pas seul(e) et vous n'avez pas à vivre cette situation seul(e).



Les anticoagulants permettent de prévenir la formation de caillots dangereux, mais l'arrêt des saignements peut prendre plus de temps.



Informez toujours votre médecin ou votre dentiste avant une intervention chirurgicale ou des soins dentaires.



Les anticoagulants vous protègent de futures complications graves¹.



Si vous remarquez des ecchymoses ou des saignements inhabituels, contactez immédiatement votre professionnel de santé¹.



Prenez votre médicament conformément à l'ordonnance, à la même heure tous les jours⁸.

Notes



Sandoz Pharmaceuticals AG
Suurstoffi 14, Postfach
6343 Rotkreuz
www.sandoz-pharmaceuticals.ch

SANDOZ

En Suisse depuis 1886.



Votre Santé. Notre Histoire.