

VIVRE AVEC UN TRAITEMENT AVK

en collaboration avec le Dr Fanny Bajolle, Aurélie Grazioli et Maladon Traore (infirmières)
Hôpital Necker - Enfants malades

Le médecin vient de prescrire à votre enfant - ou de vous prescrire - un traitement AVK. De quoi s'agit-il ? Quelles sont les implications et les précautions à prendre ? Autant de questions légitimes qui doivent trouver réponse pour vivre le traitement en toute sécurité et sérénité.

QU'EST-CE QU'UN TRAITEMENT AVK OU ANTI-VITAMINE K ?

Les AVK sont des médicaments sous forme de comprimés qui sont utilisés dans le traitement de certaines pathologies cardiaques. Comme le nom l'indique, les **Anti-Vitamines K** agissent en s'opposant à l'action de la vitamine K qui participe à la formation de caillots sanguins (coagulation). Les AVK sont donc des **anticoagulants** qui **fluidifient** le sang afin de limiter la formation de caillots ou de dissoudre des caillots déjà présents qui pourraient boucher des vaisseaux ou d'éventuelles prothèses (embolie ou thrombose).

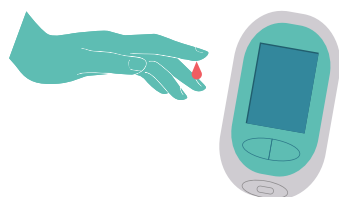
COMMENT SURVEILLER SON TRAITEMENT ?

Un traitement par AVK doit être suivi rigoureusement car il est vital. Les particularités de ce traitement **fluidifiant du sang** sont qu'il n'agit pas immédiatement après la prise (mais dans les 2 à 4 jours suivants) et que, pendant toute sa durée, son **efficacité** doit être contrôlée par un **dosage sanguin (INR)**. Il est donc primordial de prendre son traitement à moment fixe (dîner). En cas d'oubli dans les 8 heures suivant l'heure normale de la prise, il est possible de prendre le comprimé. Au-delà de 8 heures, mieux vaut en discuter avec le cardiologue.

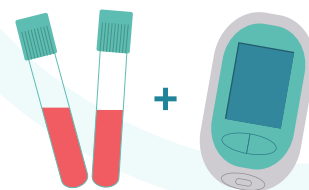
Il faut absolument signaler la prise d'AVK à tout professionnel de santé afin de limiter des interactions médicamenteuses. Pour ces mêmes raisons, l'automédication est interdite.

Pour le suivi du traitement, il est indispensable de surveiller son taux de coagulation en mesurant l'**INR (International Normalized Ratio)**. Cette mesure indique la **fluidité du sang** et reflète donc l'efficacité du traitement AVK. Chaque patient a un INR cible qui est fonction de sa cardiopathie. On parle de fenêtre thérapeutique : par exemple INR entre 2 et 3 ou INR entre 2,5 et 3,5. Il est possible de vérifier l'INR à la maison grâce à un **dispositif d'automesure (DAM)** avec une goutte de sang prélevée au bout du doigt. Le résultat sera transmis à l'équipe qui suit le patient. Il faut par ailleurs effectuer, tous les 6 mois, une prise de sang doublée d'un INR au DAM dans un laboratoire de ville, afin d'obtenir un contrôle qualité du dispositif. Cette mesure doit être communiquée au médecin qui décidera alors de la conduite à tenir.

CERTAINS JOURS (AU MINIMUM 2 FOIS PAR MOIS)



TOUS LES 6 MOIS (CONTRÔLE QUALITÉ)



QUELLE INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS ?

TAUX D'INR



AVK

INR trop élevé → Le sang est trop fluide : risque de saignements.

Symptômes d'alerte : bleus importants (hématomes) suite à un choc même léger

→ vérifier l'INR puis appeler le médecin qui va **adapter le dosage**.

TAUX D'INR



AVK + HÉPARINE

INR trop bas → Le sang n'est pas assez fluide : risque de thrombose (caillot).

Symptômes d'alerte : fatigue ou pâleur inhabituelle, essoufflement, malaise inexpliqué...

→ vérifier l'INR puis appeler le médecin qui va **augmenter le dosage** d'AVK et vous demander de faire une **injection d'héparine** (un autre médicament anticoagulant qui fluidifie immédiatement le sang), jusqu'à atteindre l'INR cible.

COMMENT GÉRER SON TRAITEMENT AVK AU QUOTIDIEN ?

Dès le début du traitement, voire même avant, un **cahier de suivi** doit vous être remis. Ce cahier vous donne toutes les informations nécessaires et vous devez y noter scrupuleusement tous les INR et les doses d'AVK pour faciliter la surveillance par le médecin.

♥ Alimentation et hygiène

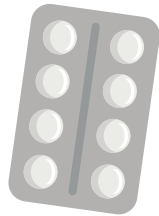
Une alimentation saine et **équilibrée** permet d'obtenir une meilleure stabilité du traitement AVK.

L'hygiène bucco-dentaire (brossage des dents 2 fois par jour) est extrêmement importante. Elle permet d'éviter les caries qui augmentent le risque d'endocardite, une grave infection bactérienne du cœur.

♥ Voyages

Si vous voyagez, pensez toujours à emporter avec vous :

TRAITEMENT



APPAREIL D'AUTOMESURE



ORDONNANCES



CARNET DE SUIVI



♥ Sport

L'**activité physique ou sportive reste indispensable** pour les personnes suivies pour une cardiopathie congénitale. Comme les risques de saignements sont plus élevés chez les personnes prenant un traitement AVK, les sports à risque de chute ou de traumatisme comme le rugby ou la boxe ne sont pas recommandés. Parlez-en à votre cardiologue référent, afin qu'il vous indique les sports adaptés à votre maladie ou à celle de votre enfant.

♥ Contraception féminine et grossesse

Il est recommandé de consulter un gynécologue dès l'apparition des premières règles chez les jeunes filles. Un traitement pour **limiter les règles hémorragiques** peut alors être mis en place. Concernant la **contraception**, elle devra être adaptée à la cardiopathie et au traitement AVK, certains moyens de contraception étant contre-indiqués.

La prise d'anticoagulants pendant la grossesse est standardisée. Il faut donc absolument consulter un gynécologue et un cardiologue référent **avant tout projet de grossesse**.

Ces quelques recommandations vous permettront de vivre normalement et en confiance avec le traitement !

Pour en savoir plus :

ANSM : www.ansm.sante.fr

Association AVK control : www.avkcontrol.com

Centre de Référence et d'Éducation des anti-thrombotiques d'IDF : www.creatif-cac.fr

Centre de Référence des Malformations Cardiaques Congénitales Complexes : www.capedemm3c.com