



**Informationen zur
INR-Selbstmessung
mit dem CoaguChek Gerät**

Hinweise für die INR-Bestimmung:

1. Für die wöchentliche INR-Messung festen Tag und am besten festen Zeitpunkt festlegen, um sich leichter an diese neue „Routine“ zu erinnern.
2. Finger nur 1x pro Tag stechen. Bei mehrfachen Kontrollen am selben Tag Finger wechseln.
3. Diabetiker sollten einen Finger nur für die INR-Messung „reservieren“.
4. Herzklappen-Patienten müssen bei jeder Messung die Lanzette wechseln (aus Vorsorge gegen Endokarditis)
5. Teststreifen prinzipiell im Kühlschrank lagern. Ihre Haltbarkeit außerhalb des Kühlschranks beträgt 60 Tage. 5 Minuten vor der INR-Messung einen Teststreifen aus dem Kühlschrank nehmen.
6. Bei INR-Abweichungen aus einer unauffälliger Reihe heraus Teststreifen und Gerät mit der CoaguChek PT Kontroll-Lösung überprüfen.
7. INR-Wert nach der Messung sofort in den Pass eintragen und evtl. mit Bemerkungen versehen (z. B. Erklärungsmöglichkeiten für Abweichungen, neue Medikamente, außergewöhnliche Ernährung, Blutungen)
8. Pass zu jedem Arztbesuch mitnehmen.
9. Wenn Sie Marcumar am Abend vergessen haben, können Sie es am folgenden Morgen nachnehmen. Sind Sie sich jedoch nicht mehr sicher, ob Sie Ihr Marcumar bereits genommen haben, nehmen Sie es NICHT NACH.

Hinweise zur Dosisanpassung:

1. Liegt Ihr INR-Wert innerhalb Ihres therapeutischen Zielbereiches, behalten Sie die Marcumar-Tagesdosis und Wochendosis unverändert bei und kontrollieren Sie wieder in einer Woche.
2. Liegt Ihr INR-Wert außerhalb Ihres therapeutischen Zielbereiches, muss (nach der Überprüfung mit der Kontroll-Lösung) eine Dosisanpassung vorgenommen werden, d.h. Sie ändern für diesen Tag die Marcumar-Einnahmemenge und messen am Folgetag erneut. Wegen der langsamen Reaktionszeit im Organismus an eine Dosisänderung ist eine INR-Änderung frühestens nach 48 Stunden zu erwarten. Befindet sich der INR nach 48 Stunden wieder im Zielbereich, kehren Sie zur alten Marcumar-Wochendosis zurück. Liegt der INR-Wert immer noch außerhalb des therapeutischen Zielbereiches, ändern Sie jetzt auch die Wochendosis in kleinen Schritten und messen jetzt 72 Stunden (drei Tage) später wieder, bevor Sie zum wöchentlichen Rhythmus zurückkehren.
3. Bei sehr hohen INR-Werten können Sie Marcumar für den Tag auch komplett weglassen, kontrollieren Sie dann am Folgetag wieder.
4. Richtwerte für Anpassungen der Tagesdosis: Hälfte der sonst üblichen Tagesdosis mehr oder weniger. Je geringer Ihre Wochendosis liegt, umso geringer sollten Ihre Änderungen ausfallen.