



“药片虽小，注意事项可不少”之华法林

文 / 北京市密云区鼓楼社区卫生服务中心 齐红艳



齐红艳 主任药师，执业中、西药师，MTM药师。

在中心负责药事质控、药师课堂、用药宣教等工作。中国中西医结合学会脑心同治专业委员会乡镇专家组成员，北京市社区药事管理委员会委员，密云药事质控专家组成员。

提及药物的“身世”，你或许听过阿司匹林与柳树皮、二甲双胍与法国紫丁香、达格列净与苹果树皮、他汀与发霉橘子、硝酸甘油与炸药的关联。但要说最不可思议的，当属抗凝药华法林，它的起源竟与灭鼠药有关。

20世纪20年代，美国和加拿大边界的一位牧场主发现，他饲养的牛羊受轻微外伤后就会出血不止，甚至死亡。经兽医调查，原来这些牛羊误食了发霉的牧草，其含有双香豆素类物质。科学家林克(Link)由此联想：双香豆素类物质或可用作灭鼠药，让老鼠因内出血而丧命。此后，双香豆素类物质成为高效灭鼠药。由于天然双香豆素的分离及衍生物研制由WARF(威斯康星大学校友研究基金会)资助，结合双香豆素类

(coumarin)的后缀(-arin)，这种强效灭鼠药被命名为Warfarin(华法林)。1951年，一名美国男子试图服用华法林自杀，但经救治后竟神奇痊愈。这一事件让科学家意识到：华法林虽对老鼠致命，但在特定剂量范围内安全，可作为抗血栓药。从灭鼠药到抗血栓药，华法林的逆天“转身”是否让你震惊？

那么，对于需服用华法林的患者来说，有哪些注意事项呢？下面为你逐一说明。

注意一：调整剂量应谨慎

1. 华法林治疗初期起效慢

华法林通过抑制凝血因子合成发挥抗凝作用，但是它不影响已存在的凝血因子，仅会减少新凝血因子生成。华法林如同路口的交警，可以限制新“车辆”（新凝血因子）进入血管“高速路”，但已上路的“车辆”（已合成的凝血因子）仍可正常行驶。因此，华法林治疗初期起效较慢。

2. 华法林的治疗窗窄

华法林的治疗窗较窄，剂量控制不当易引发严重并发症，服药剂量必须严格遵循医嘱。服用正确剂量是治疗的核心——剂量过高会增加出血风险，剂量过低则无法有效预防血栓。



注意二：定期监测不可少

华法林治疗窗窄，个体差异大，还易受药物、食物及患者疾病状态影响，因此常被称为“最娇气的药”。临床上，通过定期监测凝血酶原时间、国际标准化比值（INR）评估其抗凝强度，再调整剂量使患者INR维持在目标范围，从而保障用药的安全性与有效性。INR是反映抗凝效果的关键指标：INR高于目标值，存在出血风险；INR低于目标值，存在血栓风险。因此，定期监测INR必不可少。

注意三：联合用药不随意

多种药物（包括部分草药）可能增强或减弱华法林的抗凝效果。其中，阿司匹林、阿奇霉素、苯扎贝特等药物会增强华法林的作用，而硫唑嘌呤、卡马西平等则会减弱其作用。因此，患者就诊时需及时告知医生自己正在服用华法林，避免药物相互作用引发风险。

注意四：饮食保持一致性

除药物外，食物对华法林的抗凝效果也有显著影响，尤其是绿叶蔬菜。绿叶蔬菜对华法林的抗凝作用影响较大，核心原因是其富含维生素K₁。华法林通过抑制维生素K依赖的凝血因子合成发挥作用，而维生素K正是这类凝血因子合成的关键原料。因此，服药期间需避免一次性大量摄入这类影响抗凝效果的食物。

注意五：头部受伤需就诊

所有服用华法林的患者，无论头部受伤程度多么轻微，均需立即就诊并监测INR。若患者出现意识丧

失、失忆，医生会立即为其进行头部电子计算机断层扫描（CT）检查。这是因为服用华法林的患者，即便只是受到轻微伤害，也容易发生脑出血。

注意六：出血事件早预防

华法林最常见的不良反应是出血，可分为轻微出血与严重出血：轻微出血包括鼻出血、牙龈出血、皮肤黏膜瘀斑、月经过多等；严重出血表现为肉眼血尿、消化道出血，最严重时可发生颅内出血。若患者有出血病史、年龄较大、患有肿瘤、存在肝肾功能不全或酗酒的情况，尤其是当联合服用抗血小板药物时，也容易发生出血。

那么，如何预防出血事件呢？可以从以下几个方面入手：①预防外伤是减少出血的关键；②使用软毛牙刷，轻柔刷牙以预防牙龈出血；③剃须建议用电动剃须刀，避免使用刀片；④积极控制高血压，规律监测血压并遵医嘱服药；⑤若需进行可能导致出血的医疗操作（如拔牙、肠镜、手术），务必提前与医生沟通，制订围术期华法林管理方案。

最后，一如既往，细心的朋友或许已发现，将每段注意事项的标题连起来，就是一段帮你记忆的顺口溜！

调整剂量应谨慎，
定期监测不可少。
联合用药不随意，
饮食保持一致性。
头部受伤需就诊，
出血事件早预防。

（本系列待续）