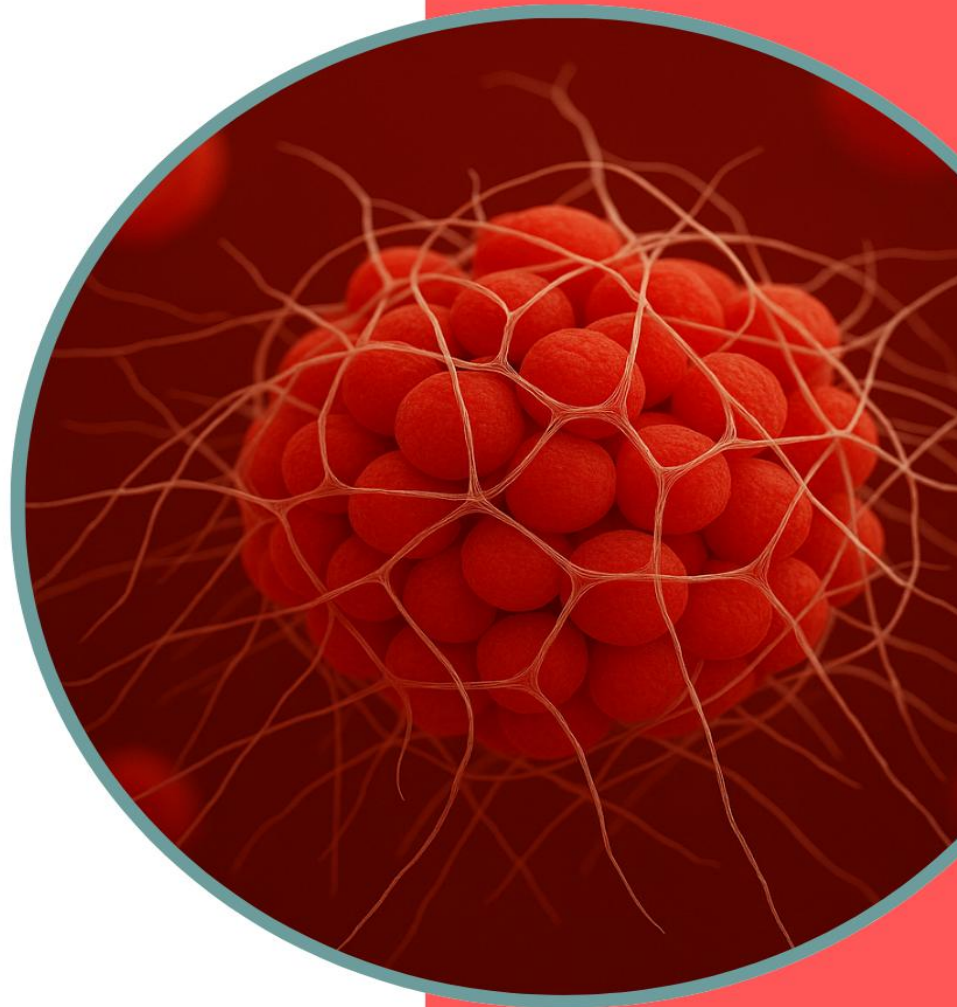


华法林用药手册

BUKU RAWATAN WARFARIN



2026

个人资料

Maklumat Pesakit

姓名/*Nama*:

身份证号码/*No. Kad Pengenalan*:

注册号码/*No. Pendaftaran*:

家庭住址/*Alamat Rumah*:

联络号码/*No. Telefon*:

医生姓名/*Nama Pegawai Perubatan*:

医院/诊所/*Hospital/Klinik*:

如有紧急情况，请联络

Jika berlaku sebarang kecemasan, sila hubungi:

(姓名和联络方式)

(*Nama dan no. telefon*)

华法林药物简历 Butiran Terapi Warfarin

华法林治疗原因*:

*Indikasi Warfarin:**

INR 目标范围:

Sasaran Julat INR:

治疗期限:

Jangka Masa Pengambilan:

开始服用日期:

Tarikh Mula:

附加备注:

Catatan:

INR 目标范围调整日期^:

Tarikh Sasaran Julat INR Dikemaskini^:

华法林治疗原因(调整)^/*Indikasi Warfarin Baru^:*

INR 目标范围(调整)^/*Sasaran Julat INR baru^:*

*导致您需要服用华法林的疾病

**Penyakit yang menyebabkan anda perlu mengambil warfarin*

^若适用/*Jika berkenaan*

什么是华法林？

Apa itu warfarin?

华法林是一种抗凝血剂，俗称‘薄血药’。抗凝血剂帮助阻止血管中的异常血液凝结。

Warfarin adalah ubat yang menghalang pembekuan darah. Ia juga dikenali sebagai ubat cair darah. Ubat cair darah menghalang dari berlakunya pembekuan darah yang tidak normal.

详细的华法林品牌和剂量，请参考[附录一](#)。

*Sila rujuk **Lampiran 1** untuk panduan identifikasi ubat warfarin.*

我为何需要华法林？

Mengapa saya memerlukan ubat warfarin?

您属于血管栓塞高风险群。血块会导致血管阻塞或减少血液流动，进而引发疼痛。它也可能分裂成更细小的血块，或者脱落，并随着血液流动至身体其它的部位。这样血块可能停留在心脏，肺部或脑部，导致心肌梗塞或中风。华法林是一种抗凝药，能够降低血液凝固的风险。它可以帮助防止有害血块的形成，或防止已形成的血块继续增大，但无法溶解已形成的血块。医生通常会在以下疾病或病情中建议使用华法林： -

Anda mungkin mempunyai masalah atau risiko berlakunya pembekuan darah tidak normal. Apabila pembekuan darah tidak normal berlaku, pengaliran darah di dalam badan akan terjejas. Ini mungkin mengakibatkan rasa sakit, malah komplikasi boleh berlaku apabila darah beku tersebut bergerak ke bahagian-bahagian lain di dalam badan. Contohnya, darah beku boleh bergerak ke jantung, paru-paru atau otak dan mengakibatkan serangan jantung dan strok.

Tablet warfarin tidak berupaya mencairkan darah beku yang sudah terbentuk tetapi boleh mengelakkan darah beku tersebut daripada menjadi lebih besar dengan menghalang pembekuan darah yang baru. Warfarin selalu diberi untuk mengelakkan pembekuan darah untuk masalah berikut: -

- 心房颤动（心律不整） *Degupan jantung tidak teratur*
- 人工心瓣膜置换 *Gantian injap jantung*
- 深层静脉血栓（脚部血栓） *Darah beku pada saluran darah di kaki*
- 肺动脉栓塞（肺部血栓） *Darah beku pada saluran darah di paru-paru*
- 心脏血栓 *Darah beku di jantung*

您也可能因为其他原因而需要服用华法林，详细资料请咨询医生或药剂师。

Anda mungkin mengambil warfarin untuk tujuan lain. Untuk maklumat lebih lanjut, sila rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda.

华法林如何阻止血液凝固？

Bagaimana warfarin bertindak di dalam badan?

维他命 K 是凝血因子生成过程中的关键元素，而这些凝血因子有助于维持正常的血液凝固功能。华法林通过抑制肝脏对维他命 K 的循环利用，间接减少凝血因子的产生，从而发挥抗凝作用。

Vitamin K diperlukan untuk pembekuan darah dan mengelakkan pendarahan daripada berlaku. Warfarin menghalang penggunaan Vitamin K di dalam badan.

华法林可以抑制血栓形成，限制血栓的扩大和延展，以及抑制在血栓的基础上形成新的血栓，但是华法林无法溶解血栓。华法林

的抗凝作用并非立即生效，通常在服用后约 24 小时开始发挥作用，并在 3 至 5 天内达到最大疗效。即使停药，其药效仍可能持续 2 至 5 天。

Oleh itu, warfarin berupaya mengurangkan kadar pembekuan darah di dalam badan. Namun warfarin tidak berupaya mencairkan darah beku yang sedia ada. Warfarin mula bertindak di dalam badan dalam masa 24 jam selepas pengambilan ubat ini dan memberikan kesan sepenuhnya dalam masa 3 - 5 hari. Sekiranya pengambilan warfarin dihentikan, kesan anti-pembekuan warfarin akan bertahan selama 2 - 5 hari.

我需要服用多少华法林的剂量？

Berapakah dos yang perlu saya ambil?

您的医生或药剂师会根据华法林剂量反应，国际标准化比值，International Normalized Ratio (INR) 来调整合适的用药剂量。

Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi akan menentukan dos warfarin sebenar anda berdasarkan ujian darah yang dipanggil sebagai International Normalized Ratio (INR).

每个人服用的华法林剂量可能不同。请不要与他人比较剂量。不要自行更改剂量，并务必遵从医生或药剂师的指示。

Setiap orang mungkin mempunyai dos warfarin yang berbeza. Jangan bandingkan dos anda dengan orang lain. Jangan ubah dos sendiri dan sentiasa ikut arahan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi.

什么是国际标准化比值 INR?

Apakah itu INR?

INR 指数反映了血液凝固所需的时间。如果您的 INR 读数偏高，表示您的血液凝固得较慢。如果您的 INR 读数偏低，表示您的血液凝固得较快。

Bacaan INR menerangkan kadar berlakunya pembekuan darah di dalam badan anda. Jika bacaan INR anda tinggi, darah anda lambat membeku. Jika bacaan INR anda rendah, darah anda cepat membeku.



医生或药剂师会根据您的疾病来决定 INR 的目标范围。因此，您必须依照医生或药剂师的指示定期进行抽血检验以确保您所服用的剂量是处于安全水平。

Sasaran julat INR akan ditentukan oleh Pegawai Perubatan berdasarkan indikasi warfarin anda. Oleh itu, anda harus melakukan ujian darah seperti yang diarahkan oleh Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi untuk memastikan INR anda berada dalam julat yang selamat.

建议的 INR 目标范围表/ *Sasaran Julat INR*

No.	疾病 / <i>Penyakit</i>	INR
1	心房颤动 <i>Degupan jantung tidak teratur</i>	2.0 – 3.0
2	人工心瓣膜置换 <i>Gantian injap jantung</i>	请咨询医生或药剂师 <i>Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi</i>
3	预防深静脉血栓 <i>Pencegahan darah beku pada saluran darah di kaki</i>	2.0 - 3.0
4	治疗初次/复发性的深静脉血栓或肺动脉栓塞 <i>Rawatan darah beku pada saluran darah di kaki dan paru-paru</i>	2.0 – 3.0
5	心脏血栓 <i>Darah beku di jantung</i>	2.0 – 3.0
6	其他 <i>Lain-lain</i>	请咨询医生或药剂师 <i>Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi</i>

什么会影响我的 INR 数值？我的华法林剂量会改变吗？

Apakah yang boleh mempengaruhi keputusan INR saya? Adakah dos warfarin saya akan berubah?

您的 INR 值可能会被以下因素而影响，例如： -

Keputusan INR anda dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: -

- 药物/保健品 *Ubat-ubatan/suplemen*
- 饮食习惯 *Perubahan pemakanan*
- 疾病 *Penyakit*
- 酒精/抽烟 *Pengambilan alkohol/ merokok*
- 运动量/活动量的改变 *Aktiviti fizikal*

您的 INR 值若有变化，医生或药剂师将会调整您的华法林剂量，以确保您的凝血功能维持在安全范围内。若您有任何日常生活，药物及健康方面的改变，请务必告知您的医生或药剂师，以让他们可以对此作出有效及合适的调整。

Perubahan di dalam keputusan INR ini akan mengakibatkan perubahan dalam dos warfarin anda. Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi akan mengubah dos anda sekiranya perlu untuk memastikan bacaan INR di dalam julat yang selamat. Sila maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda jika ada sebarang perubahan dari segi kesihatan, pengambilan ubat- ubatan atau gaya hidup. Ini adalah supaya dos warfarin dapat disesuaikan mengikut perubahan-perubahan tersebut.

华法林的剂量是根据病人的情况而定。因此，您的华法林剂量可能与其他病人不同。

Dos warfarin akan disesuaikan mengikut keperluan setiap pesakit. Oleh itu, dos anda mungkin berlainan daripada pesakit yang lain.

如何服用华法林？

Bagaimanakah saya perlu mengambil warfarin?

您可以选择饭前或饭后，每天定时（建议傍晚时刻）用清水服食华法林。如果有特别指示，医生或药剂师将会告知您。每天在同一时间服用华法林，以使药效更稳定。

Ambil warfarin anda dengan segelas air sebelum/selepas makan pada masa yang sama setiap hari (disarankan pada waktu petang), kecuali diberi arahan tertentu oleh Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi anda. Ambil pada masa yang sama setiap hari supaya kesan ubat lebih stabil.

若忘了服食华法林怎么办？

Apakah yang perlu saya lakukan jika terlupa satu dos?

若距离平常服药时间少于 8 小时，请尽快补服华法林。

Ambil dos yang terlupa sebaik sahaja anda teringat, jika masih dalam tempoh 8 jam dari masa anda sepatutnya mengambilnya.

若距离平常服药时间超过 8 小时，请跳过漏服的一次，并在平常时间服用下一次剂量。

Jika lebih daripada 8 jam telah berlalu, jangan ambil dos yang terlupa. Ambil dos seterusnya pada masa biasa.

请勿加倍服用或额外服用药片。

Jangan ambil dos berganda atau dos tambahan untuk menggantikan dos yang tertinggal.

请在您的 INR 手册中记录漏服的剂量，并在下次就诊时告知医生或药剂师。

Catatan dos yang tertinggal dalam buku INR anda dan maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi pada janji temu seterusnya.

什么时候应紧急咨询医生？

Bilakah saya perlu mendapatkan rawatan segera?

1. 当您有出血的症状

1. *Apabila anda mempunyai tanda-tanda pendarahan*

出血是服用华法林最严重的副作用。

Pendarahan merupakan kesan sampingan yang serius apabila mengambil warfarin.

请注意以下的出血症状。如有以下症状，请立刻咨询医生：

Anda perlu menghubungi Pegawai Perubatan atau segera ke fasiliti kesihatan jika anda mengalami tanda-tanda pendarahan seperti berikut: -

- * 伤口流血不止

*Pendarahan yang lama daripada luka**

- * 鼻腔流血

*Hidung berdarah**

- * 牙龈流血

*Gusi berdarah**

- 月经量过多及经期过长，或阴道出血
Kedatangan haid yang luar biasa atau pendarahan faraj
- 痰液带血，呕血
Batuk berdarah, muntah darah
- 不寻常的淤伤（不要按摩瘀伤的身体部位）
Lebam yang tidak diketahui puncanya (Jangan urut lebam tersebut)
- 尿液带血或颜色呈暗色
Kencing berdarah, atau berwarna gelap
- 粪便带血或颜色呈红或黑色
Najis berwarna merah, hitam atau gelap

*如果在 30 分钟内按压都不能止血

**Pendarahan tidak berhenti selepas 30 minit luka ditekan*

2. 当您有以下症状：

2. Apabila anda mempunyai tanda-tanda berikut: -

- 气喘/呼吸困难
Sesak nafas
- 胸闷
Sakit dada
- 脚肿
Kaki bengkak

不要拖延或自行处理，应立即寻求医疗帮助。

Jangan tunggu atau cuba rawatan sendiri. Dapatkan bantuan perubatan segera.

饮食需要注意什么？

Apakah yang perlu saya tahu tentang pemakanan saya semasa mengambil warfarin?

很多食物都含有维他命 K。由于维他命 K 有凝血的作用，所以它会影响华法林的药效。

Kebanyakan makanan di dalam pemakanan seharian kita mengandungi Vitamin K. Oleh kerana Vitamin K membantu dalam pembekuan darah, maka Vitamin K boleh mengurangkan kesan warfarin.

详细的食物/蔬菜中的维他命 K 含量以及影响华法林药效的食物，请参考**附录二**

*Sila rujuk **Lampiran 2** untuk senarai makanan berdasarkan kandungan vitamin K dan makanan yang boleh mempengaruhi bacaan INR.*

如果您计划对饮食做出重大改变（例如开始新的饮食计划或每天饮用蔬菜汁），请事先告知您的医生或药剂师。

Jika anda bercadang membuat perubahan besar dalam pemakanan (contohnya mula diet baru atau minum jus sayur setiap hari), maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi terlebih dahulu.

维他命 **K** 是均衡饮食中重要的营养素。您不必避开含有高维他命 **K** 的食物，只需尽量维持一致的摄取量。

*Vitamin K diperlukan untuk memastikan diet yang seimbang.
Jangan hindari daripada makanan yang mengandungi vitamin K,
tetapi pastikan jumlah pengambilan yang **KONSISTEN**
di dalam diet anda*

避免大幅度地改变日常饮食习惯。
尽量保持适当和均衡的饮食习惯。

***ELAKKAN PERUBAHAN KETARA DALAM
DIET ANDA
MAKAN MAKANAN YANG SIHAT DAN SEIMBANG***

如果我有服用其他药物？

Apakah yang patut saya ketahui bagi pengambilan ubat-ubatan yang lain?

华法林会与多种药物引起相互作用，其中包括医生所开的药物以及一些保健品或草药。

Warfarin mempunyai pelbagai interaksi/tindak balas dengan ubat-ubatan tidak kira ubat yang dipreskrib oleh Pegawai Perubatan mahupun yang dibeli sendiri. Warfarin juga boleh bertindak balas dengan ubat-ubatan herba dan makanan kesihatan tambahan (suplemen).

如果您有服食以下的药物，请告诉您的医生或药剂师，华法林的剂量可能需要重新调整。

Sila maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi jika anda mengambil ubat-ubatan yang disenaraikan di bawah. Dos warfarin anda mungkin perlu disemak semula.

药物种类 <i>Jenis ubat</i>	例子 <i>Contoh</i>
止痛药 <i>Ubat tahan sakit</i>	aspirin, diclofenac, celecoxib, etoricoxib, ibuprofen, paracetamol, mefenamic acid, naproxen
心律调合剂 <i>Ubat jantung</i>	amiodarone, propranolol
抗感染药, 例如抗生素 <i>Ubat jangkitan kuman</i>	amoxicillin, ampicillin, azithromycin, cephalosporins, fluoroquinolones, rifampicin, isoniazid, streptomycin, azole antifungals
抗忧郁药 <i>Anti-depresi</i>	fluoxetine, sertraline
抗癫痫药 <i>Ubat sawan</i>	carbamazepine, phenobarbitone, phenytoin, valproic acid
维他命/保健品 <i>Vitamin/suplemen</i>	Vitamin C, E, K; CoenzymeQ10
草药 <i>Ubat tradisional/herba</i>	Aloe vera, St. John Wort, ginkgo, ginseng, green tea, dong quai, garlic supplements, tongkat ali, turmeric
其他 <i>Lain-lain</i>	lactulose, omeprazole, simvastatin, rosuvastatin, heparin, ezetimibe

表格中未列出的其他药物，也可能与华法林产生相互作用。所以，当您想要开始服用其他药物或保健用品之前，请咨询您的医生或药剂师。

Masih terdapat ubat-ubatan lain yang mungkin bertindak balas dengan warfarin. Sila rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sebelum memulakan sebarang pengambilan ubat, vitamin atau suplemen.

请 *SILA* (✓)

- 请根据医生或药剂师的指示，定时服用华法林。
SILA ambil warfarin seperti yang diarahkan
- 请务必按时验血。
SILA lakukan ujian darah seperti yang dijadualkan
- 请在每次就诊时携带此手册。
SILA bawa buku ini setiap kali berjumpa Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi
- 请确保医生或药剂师在这本手册里记录您的 **INR** 值和华法林剂量。
SILA pastikan semua bacaan INR dan dos warfarin anda dicatat dan dikemaskini dalam buku rawatan ini
- 请务必告知您的医疗人员您正在使用的所有药物。同时，在更改、开始或停止任何药物、保健品或草药之前，也请咨询医生或药剂师。
SILA maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi tentang semua ubat-ubatan yang anda ambil. Bincang bersama Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sebelum anda mengambil, mengubah atau memberhentikan sebarang ubat-ubatan, suplemen atau produk herba
- 请您保持日常活动的规律性，大幅度改变可能会影响您的 **INR** 值。
SILA kekalkan aktiviti yang hampir sama setiap hari kerana perubahan secara mendadak akan memberi kesan kepada bacaan INR anda
- 请维持均衡的饮食习惯。
SILA kekalkan diet yang sihat dan seimbang
- 请在您有任何疾病或受伤，或有不正常的流血现象时，马上前往紧急部门就医。
SILA maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda tidak sihat atau mengalami luka/pendarahan yang serius

- 请在计划怀孕前或确认怀孕时，告诉您的医生或药剂师。
SILA maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda mengandung atau merancang untuk mengandung
- 请通知您的医生，牙医及药剂师，您有服用华法林。
SILA maklumkan kepada Pegawai Perubatan, Pegawai Pergigian dan Pegawai Farmasi bahawa anda sedang mengambil warfarin
- 请记得在药物用完之前到药房补取足够的药物。
SILA pastikan bekalan warfarin anda sentiasa mencukupi
- 请将华法林存放在适当的地方，并放在儿童接触不到的地方。
SILA simpan ubat warfarin di tempat yang betul dan jauh dari capaian kanak-kanak

请勿 **JANGAN (X)**

- 请勿因忘记服药而加倍下一剂的剂量。

JANGAN gandakan dos warfarin anda

- 请勿在怀孕或计划怀孕期间服用华法林，除非医生判断为必要并提供明确指导。

JANGAN mengambil warfarin jika anda mengandung atau merancang untuk mengandung tanpa pengetahuan Pegawai Perubatan

- 请勿擅自更改华法林剂量。

JANGAN ubah dos warfarin anda tanpa nasihat daripada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi

- 请勿在没有获得医生的指示之前擅自停止服用华法林，即便您感觉良好。

JANGAN berhenti mengambil warfarin sendiri tanpa nasihat Pegawai Perubatan walaupun anda berasa sihat

- 请勿在未咨询医生或药剂师之前开始或停止服用任何其他药物。

JANGAN mula atau memberhentikan sebarang ubat sebelum berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi

- 请勿在未咨询医生或药剂师之前，擅自大幅改变您的饮食，生活习惯或日常活动量。

JANGAN membuat perubahan mendadak dalam diet seharian, gaya hidup atau sebarang aktiviti tanpa berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi

- 请勿参与有可能会受伤或流血的高风险运动或活动。

JANGAN mengambil bahagian dalam aktiviti sukan yang boleh mengakibatkan pendarahan atau meningkatkan risiko mendapat lebam atau kecederaan

- 请勿过量饮用酒精，避免饮酒是更安全的选择。

JANGAN mengambil alkohol secara berlebihan. Mengelakkan penggunaan alkohol adalah pilihan yang lebih selamat

- **请勿**在未经医疗专业人员咨询前进行按摩或推拿，以降低瘀伤的风险。

JANGAN mendapatkan khidmat urutan tanpa berunding terlebih dahulu dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi untuk mengurangkan risiko lebam atau kecederaan

附录一 / LAMPIRAN 1

以下是各种华法林品牌的不同剂量和剂型
Panduan Identifikasi Ubat Warfarin Mengikut Jenama

1) Coumadin®



1mg



2mg



5mg

2) APO- Warfarin®



1mg



2mg



5mg



3) Orfarin®



3mg



5mg



4) Maforan®



1mg



2mg



3mg



5mg

附录二 / LAMPIRAN 2

高维他命 K 含量的蔬菜或食物

SAYURAN/MAKANAN YANG TINGGI KANDUNGAN VITAMIN K

 <p>芥兰花 <i>Brokoli</i></p>	 <p>蕨菜 (巴姑菜) <i>Paku-pakis</i></p>	 <p>抱子甘蓝 <i>Brussel sprouts</i></p>	 <p>菠菜 <i>Bayam</i></p>
 <p>生菜 <i>Daun salad</i></p>	 <p>包菜 <i>Kobis putih</i></p>	 <p>青葱 <i>Daun bawang</i></p>	
 <p>紫菜 <i>Rumpai laut</i></p>	 <p>苦瓜 <i>Peria</i></p>	 <p>芥兰 <i>Kailan</i></p>	 <p>韭菜 <i>Daun kucai</i></p>
 <p>番薯叶 <i>Daun keledak</i></p>	 <p>蕹菜 <i>Kangkung</i></p>	 <p>黄豆类制品 <i>Produk kacang soya</i></p>	 <p>豆芽 <i>Taugeh</i></p>
 <p>菜心 <i>Sawi</i></p>	 <p>肝脏 (牛, 猪, 鸡) <i>Hati (lembu, khinzir, ayam)</i></p>	 <p>长叶莴苣 / 油麦 <i>Yau Mak (Romaine lettuce)</i></p>	

低维他命 K 含量的蔬菜或食物

SAYURAN/MAKANAN YANG **RENDAH** KANDUNGAN VITAMIN K

 <p>红萝卜 <i>Lobak merah</i></p>	 <p>黄瓜 (削皮) <i>Timun (tanpa kulit)</i></p>	 <p>洋葱 <i>Bawang</i></p>	 <p>马铃薯 <i>Ubi</i></p>
 <p>番茄 <i>Tomato</i></p>	 <p>白萝卜 <i>Lobak putih</i></p>	 <p>包菜花 <i>Bunga kobis</i></p>	 <p>豆角/四季豆 <i>Kacang buncis</i></p>
 <p>灯笼椒 <i>Lada benggala</i></p>	 <p>玉蜀黍 <i>Jagung</i></p>	 <p>茄子 <i>Terung</i></p>	 <p>菇类 <i>Cendawan</i></p>
 <p>南瓜 <i>Labu</i></p>	 <p>西芹/芹菜 <i>Saderi</i></p>	 <p>青豆 <i>Kacang peas</i></p>	

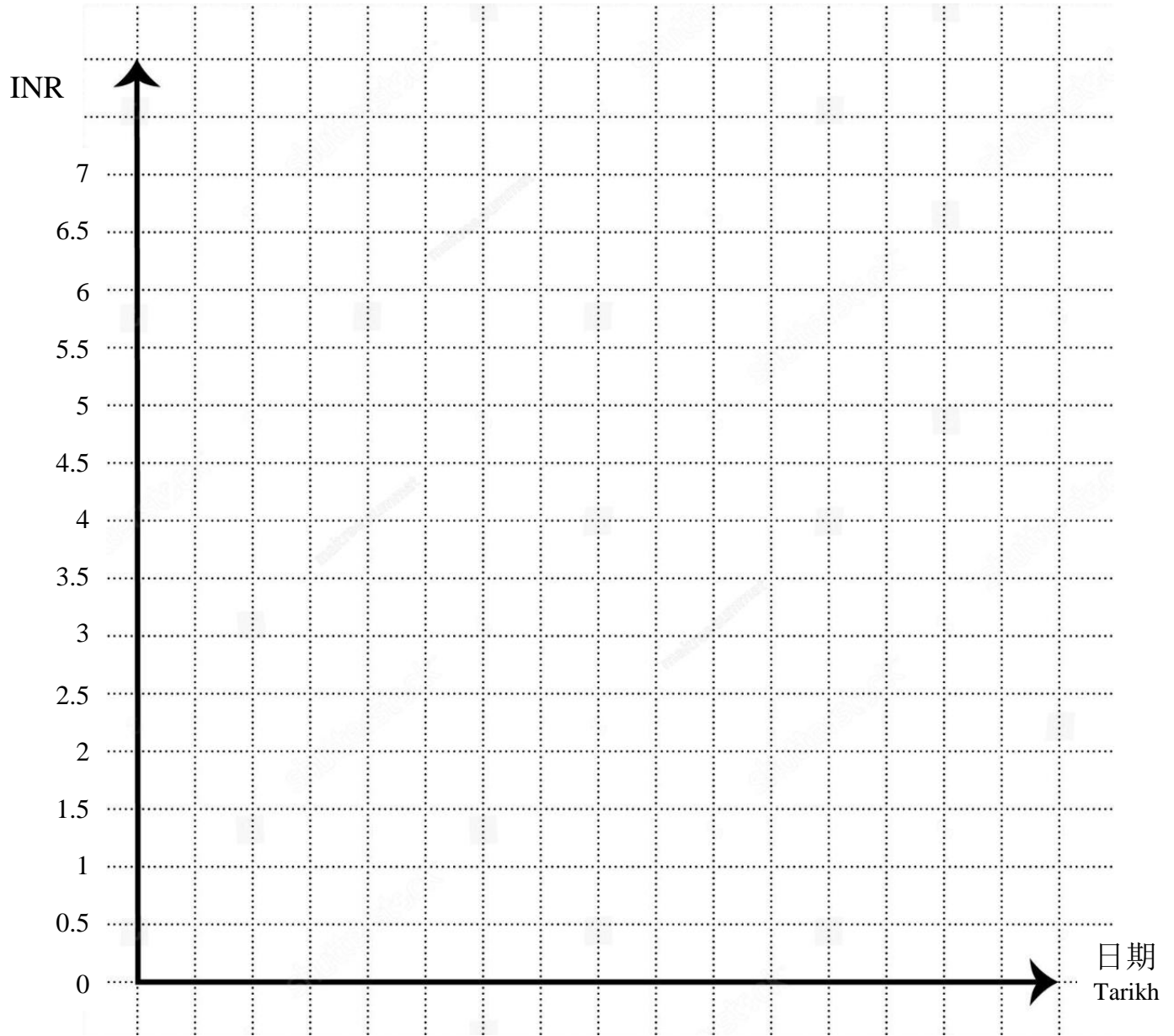
可能影响 INR 的水果

BUAH-BUAHAN YANG BERPOTENSI MEMPENGARUHI BACAAN INR

 <p>鳄梨 <i>Avocado</i></p>	 <p>木瓜 <i>Betik</i></p>	 <p>芒果 <i>Mangga</i></p>	 <p>石榴 <i>Buah delima</i></p>
 <p>榴莲 <i>Durian</i></p>	 <p>葡萄 <i>Anggur</i></p>	 <p>奇异果 <i>Kiwi</i></p>	 <p>西梅 <i>Buah prun</i></p>
 <p>菠萝蜜 <i>Cempedak</i></p>	 <p>葡萄柚 <i>(Grapefruit)</i></p>	 <p>山竹 <i>Manggis</i></p>	 <p>椰枣 <i>Kurma</i></p>
 <p>莲心果 <i>Duku/langsat</i></p>	 <p>莓 <i>Beri</i></p>	 <p>柚子 <i>Limau bali</i></p>	 <p>凤梨 <i>Nanas</i></p>

附录三/LAMPIRAN 3: 病人 INR 图表 *Tren INR**

INR 目标范围 *Sasaran julat INR:*

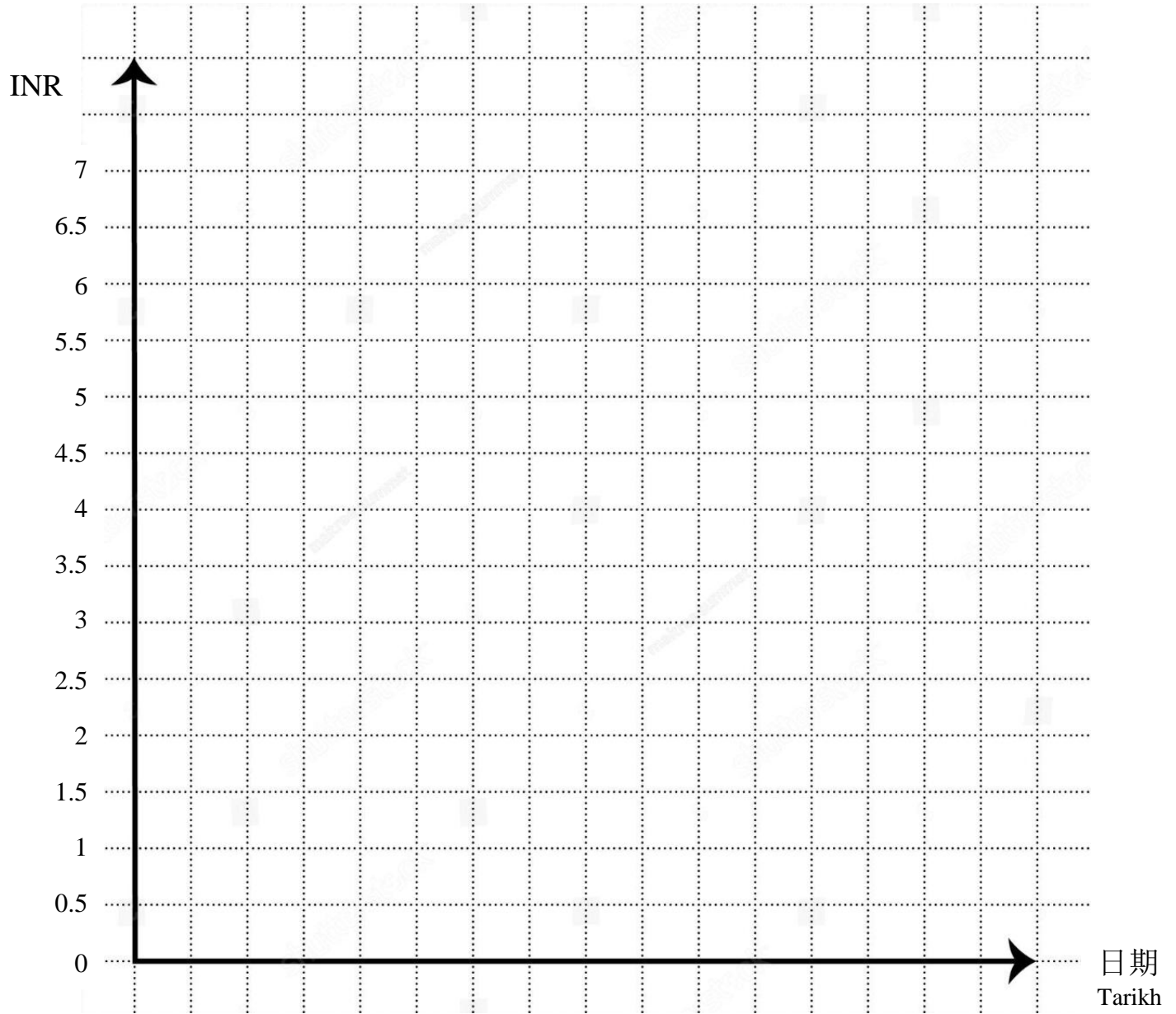


日期															
INR															

* 如有需要, 请记录/*Buat catatan jika perlu*

附录三/LAMPIRAN 3: 病人 INR 图表 *Tren INR**

INR 目标范围 *Sasaran julat INR:*



日期															
INR															

* 如有需要, 请记录/*Buat catatan jika perlu*

参考资料/RUJUKAN

1. Allina Health System. Foods with Vitamin K. allinahealth.org (2022) [cited on 29 October 2025]
2. American Heart Association. Vitamin K in Foods. (2025) https://www.heart.org/-/media/Files/Health-Topics/Atrial-Fibrillation/warfarin-card.pdf?sc_lang=en [cited on 29 October 2025]
3. British Columbia HealthLink BC. Food Sources of Vitamin K. (2018 Nov 18) https://www.healthlinkbc.ca/sites/default/files/healthyeating/pdf/food_sources_of_vitamin_k.pdf [cited on 29 October 2025]
4. Clot Care Online Resources (2015 June 15) <https://clotcare.org/include/vitaminkcontent.pdf> [cited on 29 October 2025]
5. Davis A. Chives: Benefits, Dosage, Side Effects, Drug Interactions, and Other Important Information. Nootropics Planet. 2023 Jun 13 <https://nootropicsplanet.com/chives/#:~:text=Chives%20contain%20a%20modest%20quantity%20of%20vitamin%20K%2C,warfarin%20and%20reduce%20the%20effectiveness%20of%20the%20treatment.> [cited on 29 October 2025]
6. Gan ST, Lim CH, Ooi HS, et al. Sabah Local Fruits Associated with Number of INR Out of Range in Patients with Non-valvular Atrial Fibrillation Receiving Warfarin Therapy: a Retrospective Cohort Study. Malay J Pharm Sci 2024;22(2):11-23.
7. Hansten P & Witicowski AK. Managing oral anticoagulation therapy: warfarin drug interaction. Chapter 4B-7:1-11
8. Kelsey-Seybold Clinic Centralized Pharmacy Anticoagulation Service Quick Reference List <https://www.kelsey-seybold.com/-/media/Project/KelseySeybold/KelseySeyboldClinic/PDF/Pharmacy/CPAS/Foods-that-affect-INR.pdf> [cited on 29 October 2025]
9. National University Health System. Vitamin K Food List. (2025 May) <https://www.nuhs.edu.sg/docs/nuhslibraries/content-document/patient-care/medications/vitamin-k-food-list-malay.pdf> [cited on 29 October 2025]
10. University of Rochester Medical Center. Health Encyclopedia. (2025) <https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/collection?subtopicid=15124> [cited on 29 October 2025]
11. Zakaria AM. In Vitro Assessment of Coagulation Activities in Human Plasma Treated with Ajwa Dates (Phoenix Dactylifera L.) Extracts. Eprint Universiti Sains Malaysia 2015 Aug.

备注
NOTA

用于记录您华法林治疗的重要信息
Untuk catatan penting mengenai rawatan warfarin anda

SEKALUNG PENGHARGAAN

PENASIHAT

Zuhaini binti Mukrim
Pengarah
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM

Syahida binti Che Embi
Timbalan Pengarah
Cawangan Penjagaan Farmaseutikal
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM

PENYUMBANG/EDITOR (mengikut susunan abjad)

Dr. Aliza binti Alias	Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM
Chelfi Chua Zhi Fei	Pusat Jantung Sarawak
Chow Li Wei	Hospital Raja Permaisuri Bainun
Chuah Sim Mei	Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM
Fong Chui Wei	Hospital Sultanah Nur Zahirah
Jivanraj A/L Nagarajah	Hospital Kuala Lumpur
Pathma Devi Shanmughon	Hospital Kuala Lumpur
Kam Sin Yoo	Hospital Melaka
Karen Wee Lee Fang	Hospital Tuanku Fauziah
Lau Yi Vun	Hospital Raja Perempuan Zainab II
Nirmala Jagan	Hospital Sultan Idris Shah Serdang
Nur Faezah Binti Abd Karim	Hospital Putrajaya
Nurul Zati Syaida Bt Abdul Mujib	Hospital Tengku Ampuan Afzan
Ooi Kiat Lay	Hospital Sultanah Bahiyah
Ooi Soon Choo	Hospital Pulau Pinang
Shantini A/P Radhakrishnan	Hospital Tuanku Ja'afar Seremban
Tan Sze Ling	Hospital Queen Elizabeth II
Thanujah A/P Kaisbain	Hospital Sultanah Aminah

EXTERNAL REVIEWER

Lee Mei Wah
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM

Chong Sue Chin
Bahagian Amalan & Perkembangan Farmasi, KKM



KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Program Perkhidmatan Farmasi Kementerian Kesihatan Malaysia

Lot 36, Jalan Profesor Diraja Ungku Aziz,
46200 Petaling Jaya,
Selangor, Malaysia

Tel: 603-7841 3200

Laman sesawang: www.pharmacy.gov.my