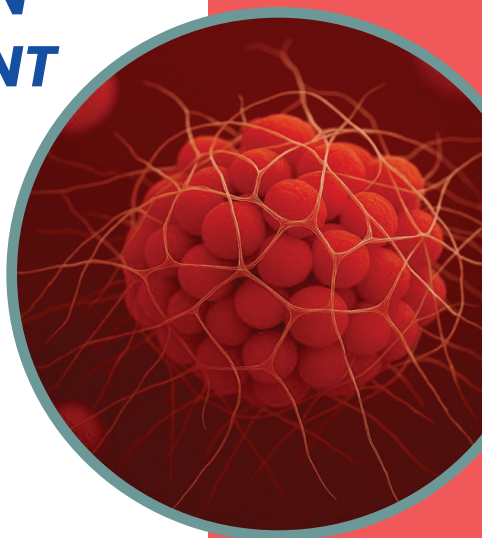




PROGRAM PERKHIDMATAN FARMASI
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

BUKU RAWATAN WARFARIN

WARFARIN TREATMENT BOOKLET



2026

Maklumat Pesakit
Patient Information

Nama/*Name*:

No. Kad Pengenalan/*I/C No.*:

No. Pendaftaran/*Registration No.*:

Alamat Rumah/*Home Address*:

No. Telefon/*Tel. No.*:

Nama Pegawai Perubatan/*Attending Doctor*:

Hospital/Klinik /*Hospital/Clinic*:

Jika berlaku sebarang kecemasan, sila hubungi:

In case of emergency, please contact:

(Nama dan no. telefon)

(Name and contact number)

Butiran Terapi Warfarin *Warfarin Therapy Profile*

Indikasi Warfarin*:

Indication for Warfarin:*

Sasaran Julat INR:

Target INR Range:

Jangka Masa Pengambilan:

Intended Duration of Warfarin:

Tarikh Mula:

Date of Commencement:

Catatan:

Remarks:

Tarikh Sasaran Julat INR Dikemaskini^:

Revision Date of Target INR Range^:

Indikasi Baru Warfarin^/*New Warfarin Indication^:*

Sasaran Baru Julat INR^/*New Target INR Range^:*

*Penyakit yang menyebabkan anda perlu mengambil warfarin

**Medical condition that requires you to take warfarin*

^Jika berkenaan/*if applicable*

Apa itu warfarin?

What is warfarin?

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.

Warfarin is an anticoagulant. Anti means against, coagulant means blood clotting. Therefore, an anticoagulant is used to prevent blood clots from forming.

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

*Please refer to **Appendix 1** for warfarin tablet identification.*

Mengapa saya memerlukan ubat warfarin?

Why do I need warfarin?

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: -

You may have a condition which increases the risk of you forming blood clots in your body. Abnormal blood clots can block normal blood flow. It can cause pain and break off into pieces and go to the other parts of your body. For example, it can go to the heart, lung or brain, causing a heart attack or stroke. Warfarin does not dissolve clots that are already formed, but it is used to prevent new blood clot formation or to prevent progression of blood clots. Warfarin is usually used to prevent blood clots in these conditions:-

- **Degupan jantung tidak teratur**
Irregular, rapid heartbeat called “Atrial fibrillation”
- **Gantian injap jantung**
Heart valve replacement
- **Darah beku pada saluran darah di kaki**
Deep vein thrombosis; blood clots in the blood vessels of the legs
- **Darah beku pada saluran darah di paru-paru**
Pulmonary embolism; blood clots in the blood vessels of the lungs
- **Darah beku di jantung**
Cardiac thrombus; blood clots in the heart chambers

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

You may be on warfarin for other reasons, for further details please consult your healthcare provider on the reasons why you may be on warfarin therapy.

Bagaimana warfarin bertindak di dalam badan?

How does warfarin work?

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

Vitamin K is needed to help the blood to clot and prevent bleeding. Warfarin partially blocks the use of vitamin K in the body.

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.

Therefore, warfarin reduces the body's ability to form blood clots. However, warfarin does not break up existing blood clots. Warfarin begins to reduce blood clotting within 24 hours after taking the medication. The full effect may take up to 3 – 5 days to occur. Upon stopping the medication, the effect of warfarin will last for 2 – 5 days in the body.

Berapakah dos yang perlu saya ambil?

How much do I take?

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

*Your doctor/pharmacist will determine the right dose of warfarin based on blood test called a **Prothrombin time (PT)** and is reported as **International Normalized Ratio (INR)**.*

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.

Everyone may have a different dose of warfarin. Do not compare your dose with others. Do not change the dose yourself and always follow the instructions of your doctor/pharmacist.

Apakah itu INR?

What is INR?

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.

INR results tell your doctor exactly how fast your blood is clotting. If your INR reading is high, your blood clots slowly. If your INR reading is low, your blood clots quickly.



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.

Based on your condition, your doctor will determine the suitable INR range for you. Therefore, to make sure your dose is in the safe range, it is very important to do regular blood test as required by the doctor or pharmacist.

Sasaran Julat INR / *Recommended INR Range*

No	Penyakit/Condition	INR
1	Degupan jantung tidak teratur <i>Atrial fibrillation</i>	2.0 – 3.0
2	Gantian injap jantung <i>Heart valve replacement</i>	Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi <i>Refer to your healthcare provider</i>
3	Pencegahan darah beku pada saluran darah di kaki <i>Prevention of deep vein thrombosis(DVT)</i>	2.0 - 3.0
4	Rawatan darah beku pada saluran darah di kaki dan paru-paru <i>Treatment of first event and recurrent DVT and pulmonary embolism (PE)</i>	2.0 – 3.0
5	Darah beku di jantung <i>Cardiac thrombus</i>	2.0 – 3.0
6	Lain-lain <i>Others</i>	Rujuk kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi <i>Refer to your healthcare provider</i>

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

What may change my INR test results? Will my dosage change?

Keputusan INR anda dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: -
Your INR result may be influenced by: -

- Ubat-ubatan/suplemen
Medications/supplements
- Perubahan pemakanan
Dietary changes
- Penyakit
Illness
- Pengambilan alkohol/ merokok
Alcohol/smoking
- Aktiviti fizikal
Physical activities

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.

Changes in your INR result may require doctors or pharmacists to change your warfarin dosage to maintain the value within your target range. Tell your healthcare provider about any changes in your health, medications or lifestyle so that warfarin dosage adjustment can be made if necessary.

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

The dosage of warfarin is individualized for each patient. This means that your dosage is different from others.

Bagaimanakah saya perlu mengambil warfarin?

How to take warfarin?

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.

Take warfarin with a full glass of water with or without food at the same time every day (preferably in the evening) unless directed otherwise. Take warfarin at the same time every day so that the effect of warfarin is more stable.

Apakah yang perlu saya lakukan jika terlupa satu dos?

What should I do if I missed a dose?

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

Take your missed dose as soon as you remember, if it is within 8 hours of your usual dosing time.

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

If more than 8 hours have passed, skip the missed dose and take your next dose at the usual time.

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

Do not double up or take extra tablets to make up for a missed dose.

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

Record the missed dose in your INR booklet and inform your healthcare provider during your next appointment.

Bilakah saya perlu mendapatkan rawatan segera?

When should I contact my doctor?

1. Apabila anda mempunyai tanda-tanda pendarahan

1. When you have signs and symptoms of unusual bleeding

Pendarahan merupakan kesan sampingan yang serius apabila mengambil warfarin.

The most serious side effect from warfarin is bleeding.

Anda perlu menghubungi Pegawai Perubatan atau segera ke fasiliti kesihatan jika anda mengalami tanda-tanda pendarahan seperti berikut: - *Watch out for these warning signs and seek further medical attention immediately if you experience: -*

- **Pendarahan yang lama daripada luka***
*Bleeding from cuts or shaving**
- **Hidung berdarah***
*Nosebleeds**
- **Gusi berdarah***
*Bleeding gums**
- **Kedatangan haid yang luar biasa atau pendarahan faraj**
Increased menstrual flow or vaginal bleeding
- **Batuk berdarah, muntah darah**
Coughing blood, or vomit blood

- **Lebam yang tidak diketahui puncanya** (Jangan urut lebam tersebut)
Unusual bruising for unknown reason (do not massage or rub the bruise)
- **Kencing berdarah, atau berwarna gelap**
Red or dark brown urine
- **Najis berwarna merah, hitam atau gelap**
Red or black stool

**Pendarahan tidak berhenti selepas 30 minit luka ditekan*

**That does not stop bleeding after applying pressure for 30 minutes*

2. Apabila anda mempunyai tanda-tanda berikut: -

2. When you have any of the following signs and symptoms: -

- **Sesak nafas**
Shortness of breath
- **Sakit dada**
Chest pain/tightness
- **Kaki bengkak**
Swollen leg

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

Do not delay or self-treat. Seek medical help immediately.

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

What should I know about my diet while I'm taking warfarin?

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.

Most food in your diet contain vitamin K. As vitamin K helps the blood to clot, it can reduce the effect of warfarin.

Sila rujuk **Lampiran 2** untuk senarai makanan berdasarkan kandungan vitamin K dan makanan yang boleh mempengaruhi bacaan INR. *Please refer to **Appendix 2** for vitamin K content in food and food that may affect INR reading.*

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.

If you plan to make significant changes to your diet (for example, starting a new diet or drinking vegetable juice every day), inform your doctor/pharmacist beforehand.

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

Vitamin K is important in a healthy balanced diet. Do not avoid these foods. Just keep the amount of vitamin K in your diet CONSISTENT

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

*AVOID MAJOR CHANGES IN YOUR DIET
EAT A SENSIBLE, BALANCED DIET*

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

What should I know about taking other medications?

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).

Warfarin interacts with many other medications, including prescription and non-prescription (over-the-counter) medications, supplements or herbal products.

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

Please inform your doctor or pharmacist if you are taking the medication listed below as your warfarin dose may need to be changed.

Jenis ubat <i>Medication type</i>	Contoh <i>Examples</i>
Ubat tahan sakit <i>NSAIDS</i>	aspirin, diclofenac, celecoxib, etoricoxib, ibuprofen, paracetamol, mefenamic acid, naproxen
Ubat jantung <i>Anti- arrhythmic</i>	amiodarone, propranolol
Ubat jangkitan kuman <i>Anti-infective</i>	amoxicillin, ampicillin, azithromycin, cephalosporin, fluoroquinolone, rifampicin, isoniazid, streptomycin, azole antifungals
Anti-depresi <i>Anti-depressant</i>	fluoxetine, sertraline
Ubat sawan <i>Anti-epileptic</i>	carbamazepine, phenobarbitone, phenytoin, valproic acid
Vitamin/suplemen <i>Vitamins/supplements</i>	Vitamin C, E, K; Coenzyme Q10
Ubat tradisional/herba <i>Herbal/traditional medicines</i>	Aloe vera, St. John's Wort, ginkgo, ginseng, green tea, dong quai, garlic supplements, tongkat ali, turmeric
Lain-lain <i>Others</i>	lactulose, omeprazole, simvastatin, rosuvastatin, heparin, ezetimibe

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.

Not all medications that interact with warfarin are listed in the table. Please consult your healthcare professional before you start any medications or supplements.

SILA DOs (☑)

- **SILA** ambil warfarin seperti yang diarahkan
DO take your warfarin exactly as advised
- **SILA** lakukan ujian darah seperti yang dijadualkan
DO get your blood tested when you are supposed to
- **SILA** bawa buku ini setiap kali berjumpa Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi
DO bring along this booklet every time you see a healthcare provider
- **SILA** pastikan semua bacaan INR dan dos warfarin anda dicatat dan dikemaskini dalam buku rawatan ini
DO use this book to record all of your warfarin doses and INR results
- **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
DO tell your healthcare provider about all the other medications that you are taking. Also, talk to your healthcare provider BEFORE you change, start, or stop any medications, supplements or herbal products
- **SILA** kekalkan aktiviti yang hampir sama setiap hari kerana perubahan secara mendadak akan memberi kesan kepada bacaan INR anda
DO keep your activities reasonably similar every day, because sudden changes can affect your INR

- **SILA** kekalkan diet yang sihat dan seimbang
DO maintain a healthy balanced diet
- **SILA** maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda tidak sihat atau mengalami luka/pendarahan yang serius
DO tell your healthcare provider when you get sick or injured, or have bleeding episodes that are more severe than you expect
- **SILA** maklumkan kepada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi sekiranya anda mengandung atau merancang untuk mengandung
DO tell your healthcare provider if you are pregnant or are planning to get pregnant
- **SILA** maklumkan kepada Pegawai Perubatan, Pegawai Pergigian dan Pegawai Farmasi bahawa anda sedang mengambil warfarin
DO tell Doctors, dentists, and pharmacists that you are taking warfarin
- **SILA** pastikan bekalan warfarin anda sentiasa mencukupi
DO refill your prescription BEFORE running out of warfarin
- **SILA** simpan ubat warfarin di tempat yang betul dan jauh dari capaian kanak-kanak
DO store warfarin in an appropriate place and out of reach of children

JANGAN DO NOTs (X)

- **JANGAN** gandakan dos warfarin anda
DO NOT double up on a missed dose
- **JANGAN** mengambil warfarin jika anda mengandung atau merancang untuk mengandung tanpa pengetahuan Pegawai Perubatan
DO NOT take warfarin if you are pregnant or plan to get pregnant without contacting your healthcare provider
- **JANGAN** ubah dos warfarin anda tanpa nasihat daripada Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi
DO NOT change the dose of warfarin on your own
- **JANGAN** berhenti mengambil warfarin tanpa nasihat Pegawai Perubatan walaupun anda berasa sihat
DO NOT stop warfarin on your own even if you feel well
- **JANGAN** mula atau memberhentikan sebarang ubat sebelum berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi
DO NOT start or stop any medication without checking with your healthcare provider first
- **JANGAN** membuat perubahan mendadak dalam diet seharian, gaya hidup atau sebarang aktiviti tanpa berbincang dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi
DO NOT make drastic changes in your diet, lifestyle, or activities without first telling your healthcare provider

- **JANGAN** mengambil bahagian dalam aktiviti sukan yang boleh mengakibatkan pendarahan atau meningkatkan risiko mendapat lebam atau kecederaan
DO NOT participate in contact sports that may result in bleeding or bruising injuries
- **JANGAN** mengambil alkohol secara berlebihan. Mengelakkan pengambilan alkohol adalah pilihan yang lebih selamat
DO NOT drink alcohol in excess. Avoiding alcohol consumption is a safer choice
- **JANGAN** mendapatkan khidmat urutan tanpa berunding terlebih dahulu dengan Pegawai Perubatan/Pegawai Farmasi untuk mengurangkan risiko lebam atau kecederaan
DO NOT go for massage without consulting a healthcare provider due to the risk of bruising

Rekod Rawatan Pesakit Patient Treatment Record

Jenama/dos yang tidak serasi:
Brand/dose not tolerated:

Tarikh <i>Date</i>	INR	Dos (mg) <i>Dosage (mg)</i>	Tarikh Janji Temu <i>Next Appointment</i>	Catatan <i>Remarks</i>

LAMPIRAN 1/APPENDIX 1

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

LAMPIRAN 2/APPENDIX 2
SAYURAN/MAKANAN YANG TINGGI KANDUNGAN VITAMIN K
VEGETABLES/FOOD HIGH IN VITAMIN K














 <p>Brokoli <i>Broccoli</i></p>	 <p>Paku-pakis</p>	 <p><i>Brussel sprouts</i></p>	 <p>Bayam <i>Spinach</i></p>
 <p>Daun salad <i>Salad leaves</i></p>	 <p>Kobis putih <i>White cabbage</i></p>	 <p>Daun bawang <i>Spring onion</i></p>	
 <p>Rumpai laut <i>Seaweed</i></p>	 <p>Peria <i>Bitter gourd</i></p>	 <p>Kailan <i>Chinese kale</i></p>	 <p>Daun kucai <i>Chives</i></p>
 <p>Daun keledek <i>Sweet potato leaves</i></p>	 <p>Kangkung <i>Water spinach</i></p>	 <p>Produk kacang soya <i>Soybean products</i></p>	 <p>Taugeh <i>Bean sprouts</i></p>
 <p>Sawi <i>Mustard greens</i></p>	 <p>Hati (lembu, khinzir, ayam) <i>Liver (beef, pork, chicken)</i></p>	 <p>Yau Mak <i>Romaine lettuce</i></p>	

SAYURAN/MAKANAN YANG RENDAH KANDUNGAN VITAMIN K
VEGETABLES/FOOD LOW IN VITAMIN K

 <p>Lobak merah <i>Carrot</i></p>	 <p>Timun (tanpa kulit) <i>Cucumber</i> (without skin)</p>	 <p>Bawang <i>Onion</i></p>	 <p>Ubi <i>Potato</i></p>
 <p>Tomato <i>Tomato</i></p>	 <p>Lobak putih <i>Radish</i></p>	 <p>Bunga kobis <i>Cauliflower</i></p>	 <p>Kacang buncis <i>French beans</i></p>
 <p>Lada benggala <i>Capsicum</i></p>	 <p>Jagung <i>Corn</i></p>	 <p>Terung <i>Brinjal</i></p>	 <p>Cendawan <i>Mushroom</i></p>
 <p>Labu <i>Pumpkin</i></p>	 <p>Saderi <i>Celery</i></p>	 <p>Kacang peas <i>Green peas</i></p>	

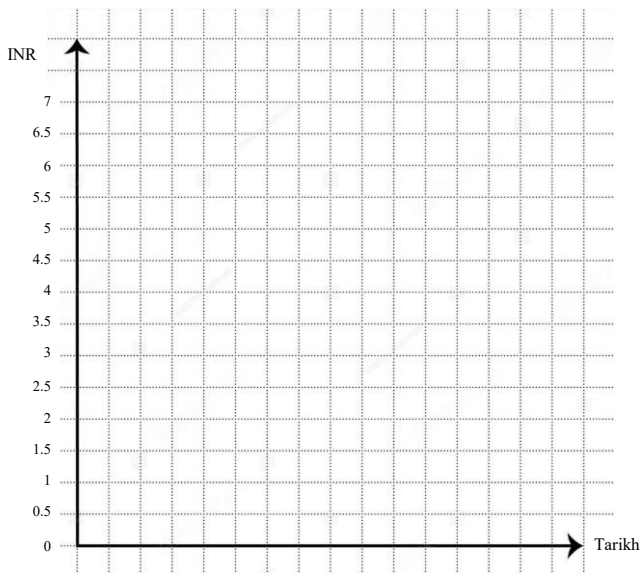
**BUAH-BUAHAN YANG BERPOTENSI MEMPENGARUHI BACAAN
INR**

FRUITS THAT CAN POTENTIALLY AFFECT INR

 <p><i>Avocado</i></p>	 <p>Betik <i>Papaya</i></p>	 <p>Mangga <i>Mango</i></p>	 <p>Buah delima <i>Pomegranate</i></p>
 <p>Durian</p>	 <p>Anggur <i>Grapes</i></p>	 <p>Kiwi</p>	 <p>Buah prun <i>Prunes</i></p>
 <p>Cempedak <i>Jackfruit</i></p>	 <p><i>Grapefruit</i></p>	 <p>Manggis <i>Mangosteen</i></p>	 <p>Kurma <i>Dates</i></p>
 <p>Duku/langsat</p>	 <p>Beri <i>Berries</i></p>	 <p>Limau bali <i>Pomelo</i></p>	 <p>Nanas <i>Pineapple</i></p>

LAMPIRAN 3/*APPENDIX 3: Tren INR/INR Trend**

Sasaran julat INR/*Target INR range:*

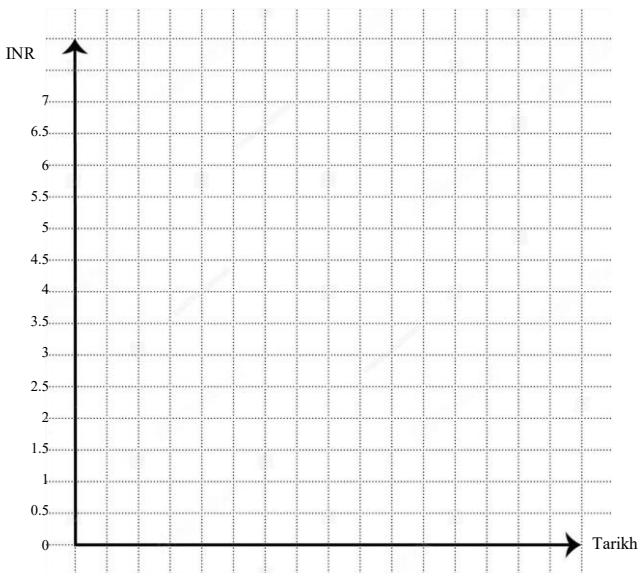


Tarikh/ <i>Date</i>														
INR														

* Buat catatan jika perlu/*Record if necessary*

LAMPIRAN 3/APPENDIX 3: Tren INR/INR Trend*

Sasaran julat INR/Target INR range:



Tarikh/ Date														
INR														

* Buat catatan jika perlu/Record if necessary

RUJUKAN/REFERENCES

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 & Witickowski 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.

NOTA
NOTES

Untuk catatan penting mengenai rawatan warfarin anda
For important records about your warfarin treatment

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

Dr. Zainol Akbar bin Zainal
Pensyarah Farmasi
Fakulti Farmasi, Universiti Kebangsaan Malaysia



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