



华法林

为什么需要服食抗凝药“华法林” (Marevan®)?

“华法林”是一种抗凝或血薄的药物，用以降低血液凝结的能力。医生根据病人的情况决定“华法林”的使用，以防止不必要的血块形成或现有的凝块继续扩大。

为什么服食“华法林” (Marevan®) 需要抽血检验?

您所需的“华法林”剂量是根据国际标准凝血时间比值 International Normalized Ratio (INR) 来调整。INR 是衡量血液凝血时间（或血液“稀薄”程度）的指标。“华法林”的药量取决于 INR 的血液测试结果。您的医生或药剂师必须依据血液化验报告来调整抗凝药的份量。您的 INR 目标将由您的医生确定。

您的治疗成功取决于及时监测和调整“华法林”剂量，以提供最佳血液稀释效果。若您的病情，药物或饮食习惯有任何改变，“华法林”的功能可因此而受影响。过量使用“华法林”可导致严重的出血，而剂量不足可能无法防止血液凝块。每个人所需的“华法林”药量因人而异。对于同一个人，所需的药量也可能随时间而变化

在“华法林”治疗开始的第一个月，为了调整最适合您的“华法林”药量，您可能需要每周进行至少一次血液检验。随后，血液检验的频率取决于您过去 INR 的稳定程度。关键是要记得依照预约时间做抽血检验及复诊，以确保您能安全使用“华法林”。

如果出现疾病（如呕吐，腹泻或发烧等症状），您可能需要提前回来进行血液检验。

如何确认药物？

记住您服用的抗凝药的名称和份量才便于获取正确的药量。抗凝药 “华法林” 的商标是 Marevan®, 份量和特征如下。

建议您学习通过颜色识别药物的份量:



1mg (毫克) : 褐色

3mg (毫克) : 蓝色

5mg (毫克) : 粉红色

切勿随意更换 “华法林” 的商标，因为这会影响抗凝药的疗效。

如何服用 “华法林” ？

- 每天必须定时吃药,以保持 “华法林” 的抗凝作用。切记不可错过服药,因为 “华法林” 的抗凝保护作用会因为错过服药而减少。 “华法林” 可以饭前或饭后服食。

忘了服食 “华法林” 时应该怎么办？

- 如果在错过后八小时内想起，仍可补食。如果是八个小时后，请不要服食当天的该药量
- 切记超时则不可在翌日服食双倍的份量;服食日常的份量即可
- 记下错过药量的日期并记得在您进行下一次 INR 血液检验时通知医生或药剂师有关错过的药量
- 如果您连续两天忘了服食抗凝药， 您必须立刻咨询医生或您的抗凝诊所。在未事先咨询医生或药剂师的情况下，切勿进行药量调整。

请确保您至少有一周 “华法林” 的药量供应以避免药物不足。

服用“华法林” 有哪些副作用？



当您在服用“华法林”时，如有受伤，您可能会比平时更容易流血或瘀青。学习如何识别一些体内出血的迹象也很重要。

+ 使用“华法林”时偶尔会出现轻微出血，通常不需要任何特殊治疗

- 刷牙时，牙龈出血
- 在未受伤的情况下，出现流鼻血的症状
- 容易淤青
- 割伤后，用加压 10 分钟才能止血
- 女性经期时经血比往常较多

+ 如果发生以下任何情况，请立即寻求医疗协助：

- 无故或严重的淤青,牙龈流血,流鼻血,咳血或流血不止
- 小便呈粉红或红色
- 大便呈黑色粘稠状或大便有血
- 呕吐血液或看起来像咖啡渣的颗粒
- 突然出现严重或持久的头痛,头晕或无力
- 头部或脸部摔伤或受到创伤

+ 在您的剂量优化之前，您在接受“华法林”治疗时仍可能会有血凝块形成。如果发生以下情况，请立即寻求医疗协助：

- 腿部肿胀，发热，发红，疼痛，麻痹
- 胸口痛，呼吸困难
- 面部/手臂/腿部突然麻痹或虚弱，语言不清，视力异常或神智不清，头晕

可否同时服用其它药物？

- 此药的功能可能受众多其它药物的影响。如果您正在服用任何其它药物，如抗生素，止痛药或非处方药，例如治疗感冒，咳嗽，头疼，胃疼，便秘或其他疾病的药物，请务必告知您的医生或药剂师。在开始或停止服用任何药物之前，请咨询您的医生或药剂师。
- 维他命 K 有助于增强血液的凝结性。维他命和保健品可能会影响“华法林”的药效。因此，您必须避免使用含有维他命 K 的维生素补品。如果您有在服用或想开始服用任何的维他命或保健品，请务必咨询您的医生或药剂师。避免使用各种形式的保健品（例如银杏/白果，鱼油，蒜保健品）或草药产品（例如人参，当归，党参，冬虫夏草）。



有必要调整饮食习惯吗？

饮食中任何维他命 K 摄入量的变化都可能影响“华法林”的药效。常见的维他命 K 含量高的食物包括绿色蔬菜（例如：西兰花，菠菜，芥兰）。由于蔬菜有益健康，因此在服用“华法林”的期间,无须刻意避免或减少高维他命 K 的食物。关键是保持一贯性，避免随意更改,维持每星期一致的维他命 K 摄取量。

避免饮用大量酒精。

(参考“抗凝药与饮食和维他 K 的交互作用”一览表)

其他注意事项?

- 在进行任何手术前或在牙医门诊时,记得通知您的医生 / 外科医生 / 牙医您在服食 “华法林”
- 如果您正计划怀孕,哺乳或者已经怀孕,必须通知医生

如何保存 “华法林” ?

把药存放在干燥,阴凉和儿童拿不到的地方。不可放在冲凉房内或冰箱里。

Appendix

Interaction of Foods and Dietary Vitamin K with Warfarin (Chinese)

[Click Here](#)

Warfarin Educational Video (Chinese)

请扫描以打开 “华法林” 资讯视频



Materials In Other Languages

Warfarin Patient Information Leaflet (English)

[Click Here](#)

Interaction of Foods and Dietary Vitamin K with Warfarin (English)

[Click Here](#)

Warfarin Patient Information Leaflet (Malay)

[Click Here](#)

Interaction of Foods and Dietary Vitamin K with Warfarin (Malay)

[Click Here](#)

National University Hospital
5 Lower Kent Ridge Road, Singapore 119074
OneNUHS Hotline: (65) 6908 2222
OneNUHS General Enquiries: contactus@nuhs.edu.sg
OneNUHS Appointments: appointment@nuhs.edu.sg
www.nuh.com.sg



Scan for
more information

Take charge of your health and
access health information and
services across NUHS institutions.

Download the NUHS App now!



Scan to download

The information in this brochure is meant for educational purposes and should not be used as a substitute for medical diagnosis or treatment. Please seek your doctor's advice before starting any treatment, or if you have any questions related to your health, physical fitness or medical condition.

© 2025, National University Health System. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or shared without prior permission from National University Health System.

Information is correct at time of printing May 2025 and subject to revision without prior notice.