طريقة حقن CLEXANE®
(إينوكسابارين صوديوم)

في المنزل

دليل المريض

تم إصدار هذا الكتيب وتمويله من قِبل شركة
Sanofi وهو مخصص للمرضى الذين
وُصف لهم Clexane

SANOFI

المحتويات

مقدمة	3
مواردك الرقمية	4
لماذا أحتاج إلى CLEXANE؟	5
كيف يمكنني معرفة إذا كان لدي خثار وريدي عميق أو انصمام رئوي؟	7
كيف يجب أن أتناول CLEXANE؟	8
كيف يجب عليّ حقن CLEXANE؟	9
ما يجب وما لا يجب فعله	13
أشياء يجب الانتباه إليها	15
إجابات عن أسئلتك	17
سجّل ملاحظة حول حقنك	19
مزيد من المعلومات	24

مقدمة

سيكون طبيبك أو ممرضتك قد عرض عليك بالفعل طريقة حقن نفسك بدواء CLEXANE - على الأرجح عندما كنت في المستشفى. لعلك قد شاهدت أيضًا فيلم فيديو حول طريقة الحقن.

يقدم لك هذا الكتيّب بعض الإرشادات البسيطة حول الحقن في المنزل. وهو مُخصَّص لك للاحتفاظ به كتذكير في متناول اليد.

بإمكانك أيضًا تسجيل تفاصيل حقنك في النموذج الخاص الموجود ضمن هذا الكتيّب. سيساعدك ذلك على تتبّع كل حقنك.

ليست المعلومات الواردة في هذا الدليل مُخصَّصة لتحل محل نصيحة ممرضتك أو طبيبك. إذا راودتك أي أسئلة أو كنت غير متأكد من طريقة حقن CLEXANE، سيكون بإمكان ممرضتك أو طبيبك مساعدتك.

الإبلاغ عن الآثار الجانبية

إذا تعرضت لأي آثار جانبية، تحدث إلى طبيبك أو الصيدلي الخاص بك أو ممرضتك. ويشمل ذلك أي آثار جانبية محتملة غير واردة في النشرة المرفقة مع العبوة. بإمكانك أيضًا الإبلاغ عن الآثار الجانبية مباشرة من خلال برنامج البطاقة الصفراء (Yellow Card Scheme) على الرابط التالي yellowcard.mhra.gov.uk أو البحث عن تطبيق MHRA Yellow Card في متجر Google Play أو Apple App Store.

من خلال الإبلاغ عن الآثار الجانبية يمكن أن تساعد على توفير المزيد من المعلومات حول سلامة هذا الدواء.

مواردك الرقمية

ستجد على موقع VTEMatters على الويب معلومات عن الخثار وعن CLEXANE.

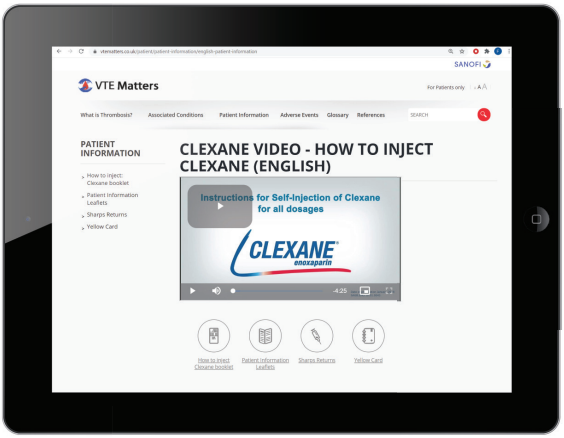
www.vtematters.co.uk/patient

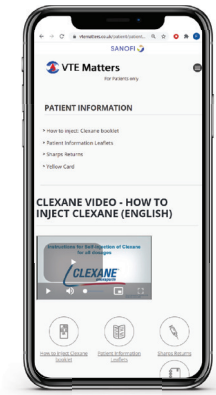
يمكنك مشاهدة فيديو عن كيفية حقن CLEXANE بأمان بنفسك.

يمكنك **تنزيل هذا الكتيب** من موقعنا على الويب بحيث يتوفر معك عندما تحتاج إليه.

يمكنك أيضًا العثور على معلومات عن **عوائد الأدوات الحادة في منطقتك**.

تتوفر هذه الموارد بـ 18 لغة مختلفة: الإنجليزية والعربية، البنغالية واليونانية والغوجاراتية والهندية والليتوانية والبولندية والبرتغالية والبنجابية والرومانية والروسية والصينية المبسطة والصينية التقليدية والصومالية والإسبانية والأردية والويلزية.





لماذا أحتاج إلى CLEXANE؟

ما هو CLEXANE؟

يساعد CLEXANE على الحد من خطر حدوث جلطات الدم وهو معروف لكونه مضاد للتخثر (التخثر هو الاسم العلمي للتجلط في الدم). في بعض الحالات، من الممكن استعماله فعليًا لعلاج الأشخاص الذين كانوا قد أصيبوا سابقًا بجلطة في الدم.

لماذا أحتاج إلى CLEXANE؟

من الممكن أن تتكون جلطة الدم في أوردة الجسم الكبيرة، عادةً في الساقين. الاسم الطبي لهذه الحالة هو الخثار الوريدي العميق (Deep Vein Thrombosis) (المشار إليه أحيانًا كـ DVT، للاختصار). يجب علاج الخثار الوريدي العميق لأنه قد يؤدي إلى مشكلات خطيرة.

أحيانًا، قد تتحرر إحدى جلطات الدم وتسافر عبر مجرى الدم. إذا أقامت الجلطة في الرئتين، من الممكن أن تتسبب في ألم في الصدر وصعوبة في التنفس، وإذا كانت شديدة، قد تؤدي إلى الوفاة. الاسم الطبي لهذه الحالة الانصمام الرئوي (Pulmonary Embolism, PE).

من هم المعرّضون لخطر جلطات الدم؟

هناك العديد من الأسباب التي قد تؤدي إلى تعرّضك أكثر لخطر الإصابة بجلطات الدم.

إليك البعضٌ من الأكثر شيوعًا:

- ☑ **العمر - ما إن تتجاوز سن الأربعين (40)، يزداد الخطر كلما تقدمت في السن**
- ☑ **تناول مجموعة من حبوب منع الحمل الفموية**
- ☑ **تناول بعض أنواع العلاج بالهرمونات (Hormone Replacement Therapy, HRT)**
- ☑ **بعض مشاكل القلب**
- ☑ **السمنة**
- ☑ **إذا كنت قد تعرّضت لخثار وريدي عميق سابقًا**
- ☑ **الجراحة مثل استبدال الركبة أو استبدال الورك أو عملية جراحية بالبطن**
- ☑ **الدوالي الوريدية**
- ☑ **الإصابة بالسرطان والعلاج منه**
- ☑ **الحمل**
- ☑ **السفر لمسافات طويلة أو عدم القدرة على التحرك كثيرًا**

كيف يمكنني معرفة إذا كان لدي خثار وريدي عميق أو انصمام رئوي؟

علامات الخثار الوريدي العميق (DVT) المبكرة

عندما يكون لديك خثار وريدي عميق، قد تلاحظ أيًا من العلامات التالية في إحدى أو كلتا الساقين:

- ☑ **ألم أو إيلام عند اللمس في الربلة أو الفخذ**
- ☑ **تورّم أو احمرار أو تغيّر في لون الجلد**
- ☑ **سخونة في ربلتك أو ساقك**

أحيانًا، لا تكون هناك علامات واضحة وقد لا تكون قادرًا على معرفة أن لديك خثار وريدي عميق.

علامات الانصمام الرئوي (PE) المبكرة

من المحتمل جدًا أن تلاحظ أن ثمة أمر ما ليس على ما يرام إذا كان لديك جلطة دم في رئتيك (انصمام رئوي). قد تلاحظ واحدة أو أكثر من هذه العلامات:

- ☑ **ألم في الصدر**
- ☑ **قصر في التنفس**
- ☑ **سعال (أو بصق دم)**
- ☑ **ضربات قلب متسارعة (أو معدل نبض سريع)**
- ☑ **تنفس سريع**
- ☑ **تعب**
- ☑ **شعور بالحمى**

كيف يجب أن أتناول CLEXANE؟

يجب تناول CLEXANE عن طريق حقنة. يجب عليك أن تأخذ حقنتك في الوقت ذاته كل يوم.

سيخبرك طبيبك أو ممرضتك كم من الوقت سيستمر علاجك.

هناك جرعات عدة مختلفة من CLEXANE، لذا قد تبدو محاقنك مختلفة قليلا عن تلك المبيّنة في هذا الكتيّب.

كيف يجب عليّ حقن CLEXANE؟

سيكون طبيبك أو ممرضتك قد عرض عليك بالفعل طريقة حقن نفسك بواسطة محقنة CLEXANE. من المهم أن تعرف الطريقة الصحيحة قبل أن تجرّب حقن نفسك. إذا كنت غير متأكد، يجب عليك طلب النصيحة من ممرضتك أو طبيبك.

هناك جرعات عدة مختلفة من CLEXANE، لذا قد تبدو محاقنك مختلفة قليلا عن تلك المبيّنة في هذا الكتيّب.

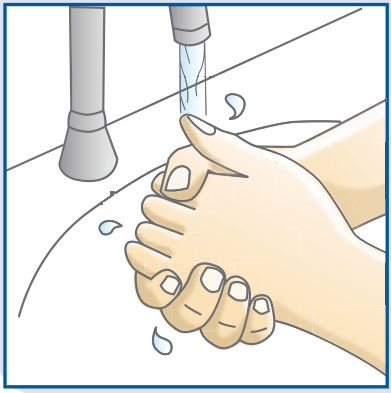
تذكر أنه يوجد مقطع فيديو حول "كيفية حقن Clexane في المنزل" على
www.vtematters.co.uk/patient - VTE Matters

إرشادات حقن CLEXANE خطوة بخطوة

ملاحظة: إذا اختلفت هذه الإرشادات عن إرشادات ممرضتك أو طبيبك، يُرجَى اتّباع إرشاداتهما.

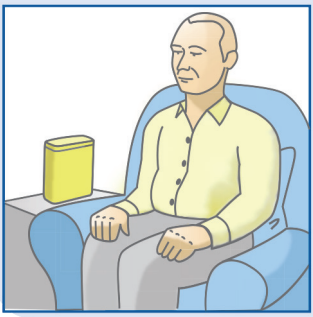
1 **أولاً، اغسل يديك بالماء والصابون.**

ثم جففهما تمامًا.



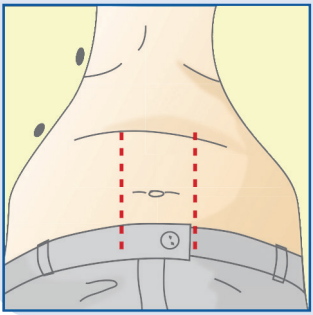
2

اجلس أو تمدد في وضعية مريحة بحيث يمكنك رؤية بطنك حيث ستحقن.
قد يكون مفيدًا إذا استطعت أن تسند نفسك باستخدام وسائد أو مساند -سواء أكان على السرير أو في كرسي بذراعين.
تأكد من وجود سلة المهملات الآمنة الخاصة بك (المعروفة أحيانًا أيضًا باسم سلة شاربْس "SHARPS") في متناول يدك.



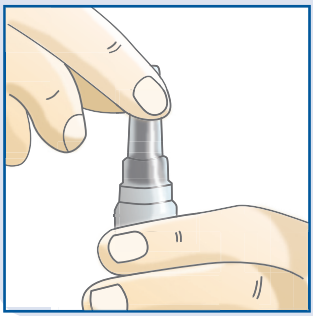
3

اختر منطقة إما على الجهة اليمنى أو على الجهة اليسرى من بطنك
تبعد على الأقل 5 سنتيمترات (بوصتين) عن سُرّتك - نحو الخارج باتجاه جانبك - كما هو مبيّن في الخطوط المنقطة.



4

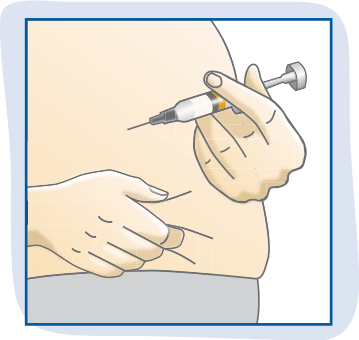
أزل الغطاء الواقي بعناية عن طرف المحقنة مع الانتباه جيدًا إلى عدم ثني الإبرة. ارمِ غطاء الإبرة في سلة المهملات الآمنة الخاصة، حيث إنك لن تحتاجها مجددًا.



5

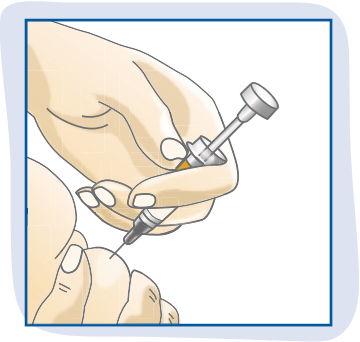
أمسك بالمحقنة كالقلم في اليد التي تستعملها للكتابة عادةً.

اقرص طية في الجلد الذي ستقوم بحقنه بين إبهام وسبابة يدك الأخرى.



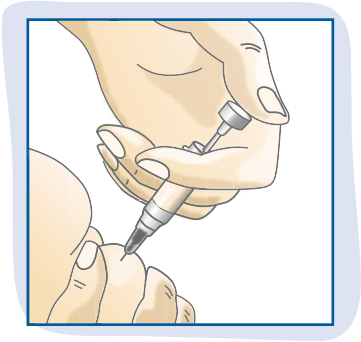
6

أدخل كامل طول الإبرة في طية الجلد، مع الحفاظ على الجلد بين إبهامك وسبابتك. تأكد من الإبقاء على الإبرة مستقيمة وفي زاوية قائمة بالنسبة إلى جسمك.



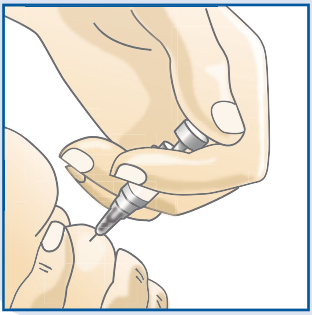
7

اضغط برفق ولكن بإحكام على المكبس حتى يتوقف وحتى تفرغ المحقنة.



8

انتهت حقنتك، ويمكنك الآن سحب الإبرة برفق، مع الانتباه جيدًا إلى الإبقاء عليها مستقيمة. سيغطي الآن كُمٌ واقٍ الإبرة بصورة تلقائية. يمكنك الآن إفلات طية الجلد.



ملاحظة: لا يمكن تشغيل نظام الأمان الذي يسمح بتحرير الكم الواقي إلا عند إفراغ المحقنة من خلال الضغط على المكبس تمامًا حتى بلوغ الأسفل.

9

ألق بالمحقنة المستعملة مباشرةً في سلة المهملات الآمنة مع الإبقاء على الإبرة مشيرة إلى الأسفل والحفاظ عليها بعيدة عن جسمك.

سيكون بإمكان ممرضتك أو طبيبك أن يقولا لك ما الذي عليك فعله عندما تمتلئ سلة مهملاتك الآمنة. **من المهم ألّا ترمي ذلك مع نفاياتك المنزلية.**

ما يجب وما لا يجب فعله

تأكد من أنك تمسك طية الجلد على بطنك حتى تنتهي تمامًا من حقنتك. سيساعد ذلك على ضمان دخول الدواء إلى الأنسجة الدهنية وليس إلى العضل حيث قد يتسبب في كدمات.

بدّل الجانب الذي تحقن الدواء فيه - الجانب الأيمن يومًا، والجانب الأيسر في اليوم التالي.

تأكد من أنك تضع المحاقن المستعملة في داخل سلة المهملات الآمنة كل مرة تقوم فيها بالحقن - **لا تترك أبدًا المحقنة المستعملة ملقاة في أرجاء المنزل.**

اتبع نصيحة ممرضتك أو طبيبك عند تعاطي حقنك.

قم بأخذ حقنتك في الوقت ذاته كل يوم.

ابحث عن علامات النزيف غير الاعتيادية – يُرجَى الرجوع إلى الصفحة 17

انتبه عند الحلاقة أو استخدام السكاكين وغيرها من الأدوات الحادة إذ أنك قد تنزف بسهولة أكثر من المعتاد.

أخبر ممرضتك أو طبيبك عن أي أدوية أخرى تتناولها – بما فيها الأدوية التي يصفها لك الكيميائي وأي مكملات عشبية. قد تؤثر الأدوية الأخرى أحيانًا على طريقة عمل CLEXANE.

ما يجب وما لا يجب فعله

- لا تضع المحقنة في أي مكان أو تلمس الإبرة بأي شيء قبل الحقن - فإن ذلك سيساعد على الإبقاء عليها معقمة ويحد من خطر الإصابة بعدوى.
- لا تلو غطاء الإبرة، إذ قد يؤدي إلى ثني الإبرة.
- لا تحقن في الجلد المصاب بكدمات أو المندّب أو أي موضع يمكن أن تحتك به الملابس.
- لا تفرك الجلد بعد الحقن، إذ قد يتسبب ذلك بخدوش.
- لا تدع أحدًا آخر يستعمل محاقنك.
- لا تضع CLEXANE في الثلاجة أو في المجمّد - بل احفظه في درجة حرارة الغرفة.
- لا تتناول أي من الأدوية التالية بينما تستخدم CLEXANE إلا إذا طلبت منك ممرضتك أو طبيبك ذلك:
  - أسبرين أو أي شيء يحتوي على أسبرين
  - مسكنات الألم المعروفة باسم العقاقير المضادة للالتهابات غير الإسترويدية (مثل إيبوبروفين)

تذكر أن أدوية الزكام والسعال قد تحتوي على هذه العقاقير.
ومن المحتمل أن تعرّضك كل هذه الأدوية إلى خطر النزيف.

- لا تستخدم CLEXANE إذا كنت شديد الحساسية (مصابًا بحساسية) ضد أي من إينوكسابارين الصوديوم أو هيبارين.

أشياء يجب الانتباه إليها

شأنه شأن كل الأدوية الأخرى، قد يُحدث CLEXANE آثارًا جانبية لدى بعض الأشخاص. من أكثر الآثار الجانبية شيوعًا أنك قد تصبح أكثر عرضة للكدمات والنزيف.

قد تلاحظ أيضًا تهيجًا طفيفًا أو غيرها من ردود الفعل الجلدية على بطنك حيث كنت تقوم بالحقن. قد يتضمن ذلك احمرارًا أو ألمًا أو بعض نتوءات صغيرة صلبة (تعرف باسم عقد) أو نزيفًا في داخل الجلد (يدعى أحيانًا باسم ورم دموي).

قد تكون حقنتك هي السبب وراء هذه الآثار، ولكنها إذا حدثت بعد مرور وقت على الحقنة، فإنها قد تكون علامة على حدوث عدوى.

إذا لاحظت وجود احمرار أو انتفاخ أو سخونة أو تغيّر لون البشرة أو نزّ الجلد بالقرب من موضع حقنة سابقة، يجب عليك الاتصال بممرضتك أو طبيبك على الفور.

إذا لاحظت أي من الآثار التالية، يُرجى الاتصال بممرضتك أو طبيبك مباشرة:

- **نزيف من جرحك** مكان الجراحة
- **أي نزيف آخر** - على سبيل المثال، من الجلد حيث كنت تحقن أو نزيف الأنف أو دم في البول (وردي اللون أو بني غامق) أو إذا سعلت سعالًا مصحوبًا بدم أو تقيأت دمًا.
- **كدمات غير اعتيادية** ليس سببها ضربة أو أي سبب واضح آخر

يجب عليك أيضًا إخبار ممرضتك أو طبيبك إذا:

- تعرّضت **لسقوط خطير أو إصابة في الرأس**
- **أصبحتِ حاملاً** أو كنتِ تخططين لتحملي
- لاحظت أي **أعراض غير اعتيادية أخرى**

إجابات عن أسئلتك

هل يمكنني الحقن في أي موضع آخر غير بطني؟

يجب عليك طلب النصيحة من ممرضتك أو طبيبك.

ما الذي يجب عليّ فعله بمحاقني المستعملة؟

ضع المحاقن المستعملة – على أن تكون الإبرة موجهة نحو أسفل - في سلة تجميع شاربْس "SHARPS" الآمنة التي تم إعطاؤها لك.

تُحفظ دائمًا بعيدًا عن متناول الأطفال.

عندما تمتلئ، اسأل ممرضتك أو طبيبك ما الخطوة التالية الواجب اتخاذها. **لا ترمها أبدًا مع نفاياتك المنزلية الأخرى.**

أين يجب عليّ الاحتفاظ بمحاقن CLEXANE؟

يجب الاحتفاظ بالمحاقن غير المستعملة في مكان آمن بعيدًا عن متناول الأطفال. احفظها في درجة حرارة الغرفة (22 درجة مئوية تقريبًا) وبعيدًا عن الضوء والرطوبة.

ما الذي يجب عليّ فعله في حال وجود فقاعة هواء في المحقنة؟

يجب أن تحتوي محقنتك CLEXANE على فقاعة هواء. هذا أمر طبيعي وليس عليك القيام بأي شيء لإزالة فقاعة الهواء قبل القيام بالحقن.

ما الذي يجب عليّ فعله إذا كنت أظن بأني قد حقنت كمية أكثر مما يجب من CLEXANE؟

يجب عليك طلب النصيحة من ممرضتك أو طبيبك.

ما الذي يجب عليّ فعله إذا ما فوّتُّ إحدى الحقن؟

يجب عليك طلب النصيحة من ممرضتك أو طبيبك.

كيف يمكنني معرفة المزيد عن CLEXANE؟

يجب عليك طلب النصيحة من ممرضتك أو طبيبك. أو قد ترغب في زيارة الرابط www.vtematters.co.uk/patient للحصول على مزيد من المعلومات عن الخثار وعن CLEXANE.

www.vtematters.co.uk/patient

كيف يمكنني معرفة ما إذا كنت قد أخذت حقنتي أم لا؟

هناك قائمة تحقق موجودة على ظهر هذا الكتيّب. قد تجد من المفيد تسجيل ملاحظة هنا بعد أن تكون قد أخذت حقنتك. سيساعدك ذلك على تتبّع حقنك، بحيث تتناول الجرعة الصحيحة من دوائك.

سجّل ملاحظة حول حقنك

	اليوم/التاريخ	الوقت	موضع الحقنة
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			

سجّل ملاحظة حول حقنك

	اليوم/التاريخ	الوقت	موضع الحقنة
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			

سجّل ملاحظة حول حقنك

	اليوم/التاريخ	الوقت	موضع الحقنة
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			
41			
42			

سجّل ملاحظة حول حقنك

	اليوم/التاريخ	الوقت	موضع الحقنة
43			
44			
45			
46			
47			
48			
49			
50			
51			
52			
53			
54			
55			
56			

ملاحظات

ليست المعلومات الواردة في هذا الدليل مُخصَّصة لتحل محل نصيحة ممرضتك أو طبيبك.

إذا راودتك أي أسئلة أو كنت غير متأكد من طريقة حقن ®CLEXANE، سيكون بإمكان ممرضتك أو طبيبك مساعدتك.

Sanofi, 410 Thames Valley Park Drive, Reading,
Berkshire, RG6 1PT، المملكة المتحدة

®CLEXANE توفره شركة sanofi

MAT-GB-2001494(v1.0) | تاريخ التحضير: أغسطس 2020