

ויטמין K בחולים מטופלי

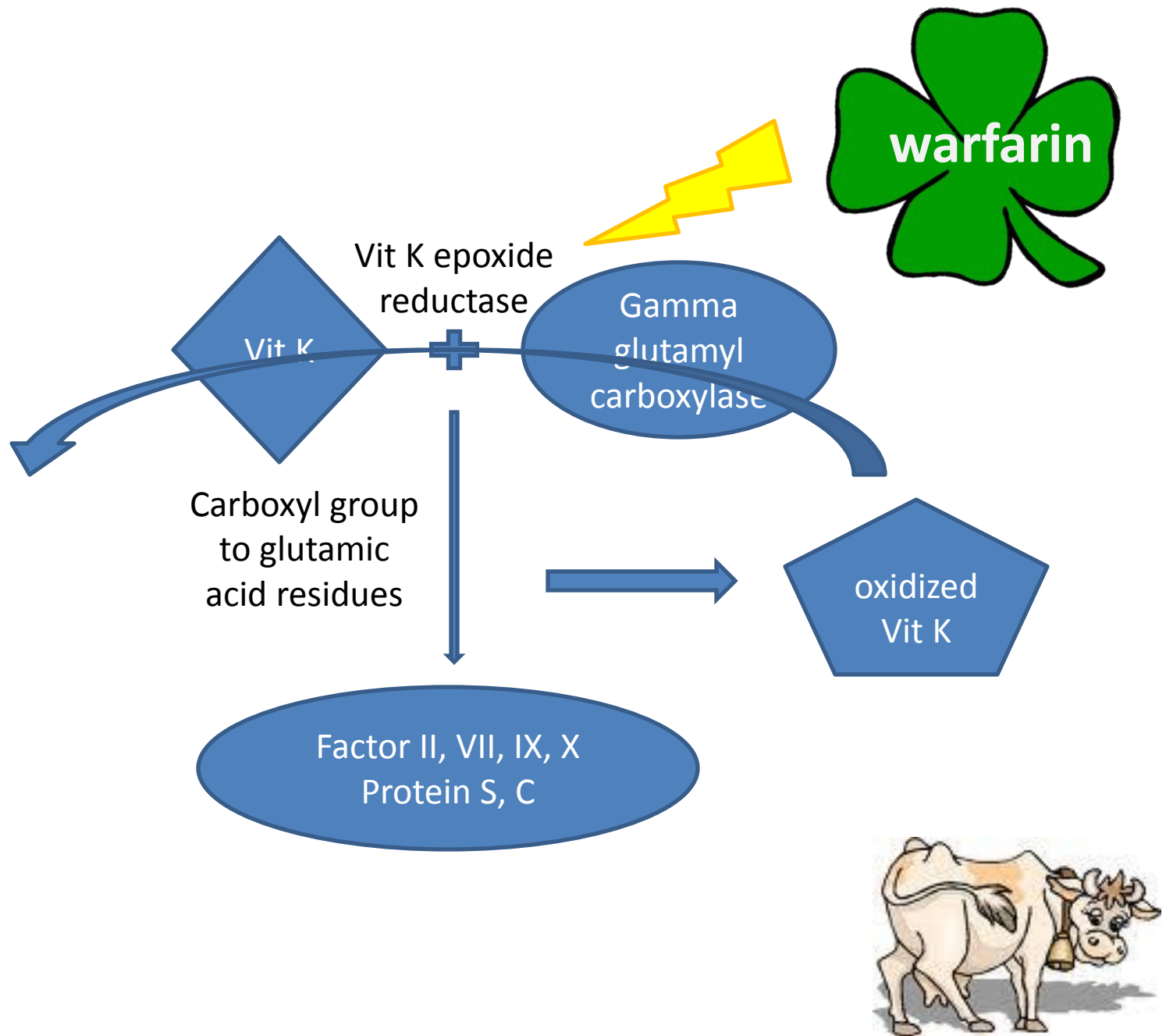
קומדיין:

ידיד או אויב

ליאור גל

שנה ו', אוני' ת"א

פנימית ב', מרכז רפואי תל השומר



צריכת ויטמין K

- צריכת ויטמין K מומלצת באוכלוסיה: 1mg/kg
- מרבית הצריכה מקורה בירקות (73%)
- 1986-1987 – 47%; 2000-2001 – 59%.
- צריכה מופחתת בנשים, עובדי כפיים, מעשנים.

משפיע??

- צריכת ויטמין K משפיעה באופן מיידי על איזון הקומדין.
- כמות + תדירות = אפקט על מינוני קומדין.
- צריכה נמוכה של ויטמין K – תנודתיות ניכרת בערכי INR.

מחקרים

- 102 מטופלי קומדין – מתוכם 9 עם חסר ויטמין K חמור.
- טבליית מולטי ויטמין (25 מק"ג ויטמין K).
- ירידה משמעותית בערכי INR בחולים עם חסר.
- מחקר בן 6 חודשים, 70 חולים עם INR לא יציב.
- חלוקה אקראית: 50% - אינבו, 50% - ויטמין K.
- ויטמין K – זמן בתחום INR רצוי עלה ב-28% (לעומת 15%).

- צריכה לא מוגבלת, אך אחידה.
- צריכה מוגברת תקופה ממושכת – מעקב INR צמוד.
- ד"ר מותר לי לאכול 'ירוקים'?
המנעות מתכשירים המכילים כמות ויטמין K לא ידועה.



תודה!