

# L'INR AU BOUT DU DOIGT

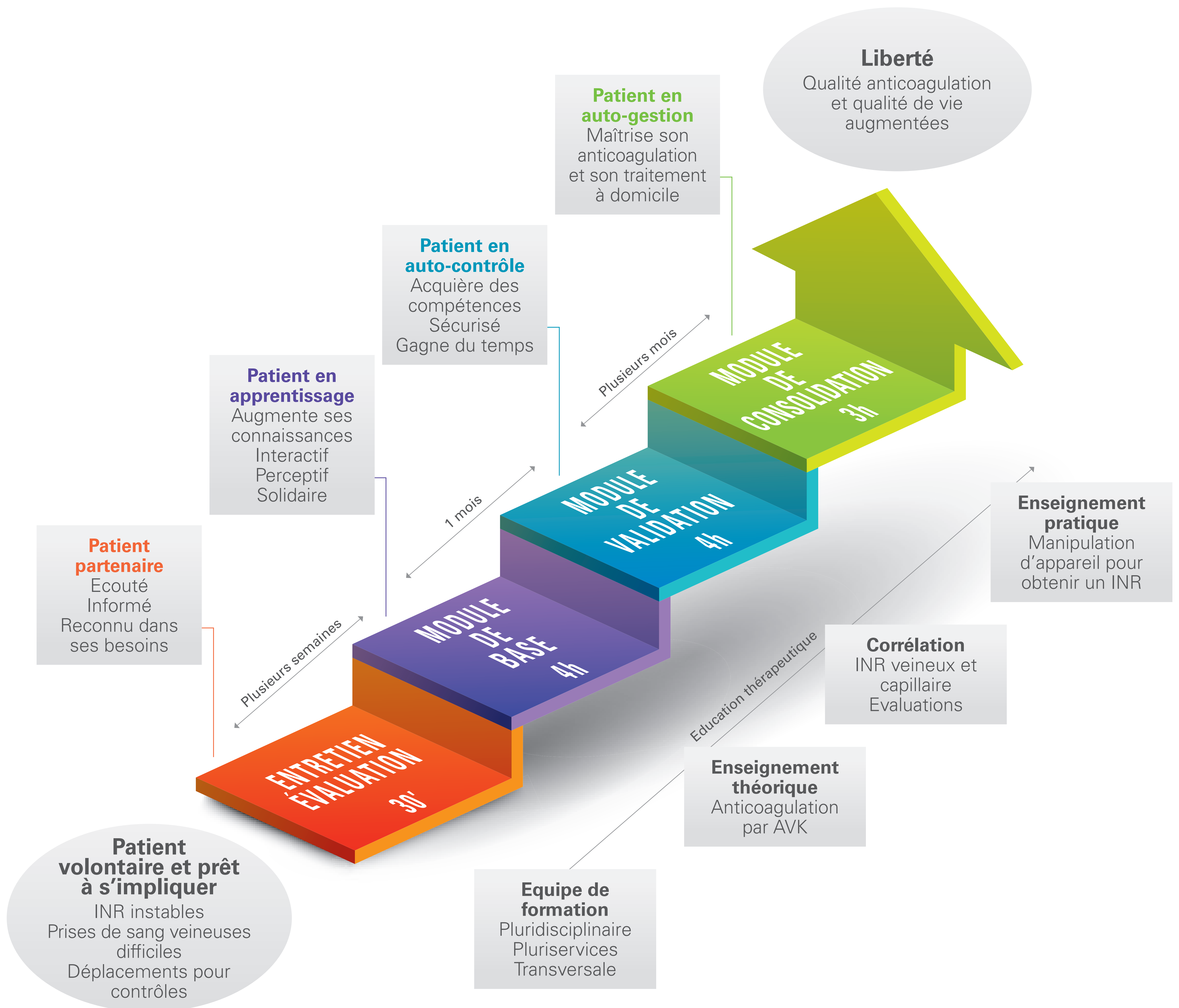
## Un temps de formation à l'auto-mesure pour retrouver un peu de liberté

Environ 1,5 % de la population suisse est sous Antivitamine K (AVK).

Les causes de variation des valeurs d'INR sont multiples même pour un patient observant, un traitement mal adapté peut être lourd de conséquences et aboutir à des effets indésirables (thrombose ou hémorragie).

Maintenir une anticoagulation optimale par AVK au long cours nécessite l'adhésion et l'implication du patient. Il doit être auparavant bien informé pour améliorer ses connaissances et bien formé pour développer son autonomie.

Suite à ces constats, des spécialistes de différents services ont mis en place une formation structurée pour que les patients désirant avoir plus de liberté réalisent eux-mêmes la mesure de leur INR capillaire avec un appareil portable.



46 patients ont été formés en 8 sessions soit 16 modules de 4h depuis novembre 2014.

Les patients sont globalement satisfaits du programme de la formation (note de 9/10) : les connaissances sont renforcées, les échanges de groupe les encouragent à devenir autonomes dans l'auto-contrôle de leur INR, voire dans l'autogestion de leur traitement.