

GUÍA EDUCACIÓN DEL PACIENTE EN TERAPIA ANTICOAGULANTE



CLÍNICA UNIVERSITARIA universidad de navarra

✓ Si su médico le ha indicado tratamiento anticoagulante, es muy importante su **uso correcto**.

Es imprescindible **haber hablado** con el médico y/o enfermera responsables de su tratamiento, **acerca del uso** de este medicamento. Se precisa que usted entienda todas las indicaciones y además que tenga el deseo de seguirlas exactamente.

✓ Si algo de la información en este folleto le causa preocupación especial o si desea más información acerca de su medicamento y su uso, consulte con su médico y/o enfermera.

✓ Los anticoagulantes son medicamentos que disminuyen la capacidad de la coagulación de la sangre y ayudan a prevenir la formación de coágulos, con el fin de evitar trombosis y/o embolias.

✓ Estos medicamentos no disolverán los coágulos ya formados. Sin embargo, pueden impedir que los coágulos existentes se agranden y causen problemas más serios.

✓ La dosis de estos medicamentos se ajustan mediante control analítico del **tiempo de protrombina**, para evitar un exceso de actividad del medicamento y, como consecuencia, la aparición de hemorragias.

✓ Comunique al médico si usted

- Es alérgico a cualquier otro medicamento, ya sea recetado o no
- Sí está embarazada o en período de lactancia.
- Todos los medicamentos recetados o no, que esté tomando
- Otras enfermedades que padezca

✓ El tratamiento anticoagulante se puede administrar de forma subcutánea o de modo oral:

- La vía subcutánea se utiliza cuando se precisa que la acción anticoagulante sea rápida y por poco tiempo.
- La vía oral cuando el tratamiento anticoagulante se va a prolongar en el tiempo.

❖ Tratamiento anticoagulante por vía subcutánea. Los preparados comerciales más usados son Clexane®, Fragmin®, Hibor®.

En el Anexo I, usted podrá consultar el modo de realizar la autoinyección.

❖ Tratamiento anticoagulante vía oral. El preparado comercial más utilizado es el **Sintrom®**.

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA SU USO:

- ⌚ Recibirá una hoja que indicará la dosis exacta que debe tomar cada día. Tomará la dosis (*miligramos y fracción de comprimido*) de **Sintrom®** que le indiquen.
 - ⌚ Es aconsejable que tome siempre la medicación **a la misma hora**, por ejemplo en la comida, con el fin de evitar olvidos o repetición de dosis. Si omitiese una dosis o dejase de tomar la medicación durante un día **no debe doblar la dosis al día siguiente**.
- ¡Nunca modifique la medicación por su cuenta!**
- ⌚ **Periódicamente** se hará **controles analíticos** del tiempo de **protrombina**. Se pondrá en contacto con su médico o el Laboratorio donde le realizan los controles para *ajustar la dosis* según los resultados del INR. Informará de la cantidad que toma y de los valores del control anterior y actual.
 - ⌚ **Es aconsejable que lleve junto a los documentos de identidad una tarjeta que indique que toma Sintrom®**

ANTICOAGULACIÓN Y DIETA

- ⌚ Hay algunos alimentos que pueden variar la acción del anticoagulante y precisar un ajuste en la dosis del medicamento.
- ⌚ No deberá aumentar de peso y se aconseja no haga cambios bruscos de la dieta, o introducir nuevos productos sin consultarlo. Los alimentos y productos ricos en vitamina K, debe consumirlos de forma moderada, por modificar la acción del medicamento.
- ⌚ Le señalamos algunos alimentos ricos en vitamina K de uso más frecuente.
 - Las verduras de hoja verde como la lechuga, las coles,
 - espinacas, el brocoli, los espárragos y el tomate.
 - El queso, la yema de huevo, el pescado y el hígado.
- ⌚ Los alimentos señalados anteriormente, no están prohibidos, si se consumían antes de iniciar el tratamiento anticoagulante.
- ⌚ Es importante, no variar de manera significativa el modo de consumirlos, en cuanto a la frecuencia y la cantidad.
- ⌚ Evitará el alcohol, aunque sí puede consumir un vaso de vino o cerveza en las comidas.

- ⌚ Mantener el equilibrio de la flora intestinal con el consumo de yogures

ANTICOAGULACIÓN Y OTROS MEDICAMENTOS

USO DE MEDICAMENTOS

No se automedique. Muchos medicamentos potencian o disminuyen el efecto del **Sintrom®**. Como norma general no debe **suprimir ni añadir** ningún medicamento **sin antes consultar** con su médico, inclusive los que se señalan a continuación y especialmente los tranquilizantes.

Los medicamentos que **no modifican** la acción del **Sintrom®** y puede tomar si presenta alguna de las siguientes patologías con prescripción médica son:

Proceso	Medicamento
- Tos	* Bisolvon® jarabe y Codeisan® jarabe, Elixifilin®
- Infecciones	* Antibióticos orales <i>Amoxicilina, Eritromicina.</i>
- Ansiedad	* Antivirales <i>Aciclovir</i>
- Estreñimiento	* Tranquilizantes <i>Tranxilium® y Lexatín®</i>
- Dolores reumáticos o articulares	* <i>Voltarén®</i> comprimidos y Nurofen® comprimidos
- Dolor de muelas, cabeza	* <i>Depranco®</i> comprimidos y <i>Termalgin®</i>
- Resfriados, fiebre	* <i>Coslan®</i> (comprimidos o supositorios) <i>Termalgin®</i> o <i>Gelocati®</i> comprimidos
- Gripe	* <i>Sineficol</i> comprimidos
- Broncodilatadores	* <i>Ventolín®, Terbasmin®</i>
- Analgésicos-Antitérmicos	* <i>Termalgin®</i> o <i>Gelocati®</i> comprimidos

✓ Deberá evitar tomar a acidoacetilsalicílico (Aspirina®, Adiro®) así como cualquiera de sus derivados (Soluspín®, Asasantil®, Desenfriol®, Dolmen®, Fiorinal®), debido a que estos medicamentos potencian el efecto anticoagulante del Sintrom® y podría presentar mayor riesgo de hemorragias.

ANTICOAGULACIÓN Y OTROS PROCEDIMIENTOS

- ⌚ Si es preciso practicar una extracción dentaria o una intervención quirúrgica debe indicar al odontólogo o al cirujano que está tomando Sintrom®.
- ⌚ Siempre que sea posible evitará ponerse inyecciones intramusculares, e infiltraciones. Las inyecciones subcutáneas sí pueden realizarse.

ANTICOAGULACIÓN Y ESTILO DE VIDA

- ⌚ Evitará los esfuerzos físicos intensos y violentos

❖ Signos y situaciones que debe comunicar al médico

- ⌚ Sangrado fácil por la nariz y encías
- ⌚ Presencia de sangre en orina, esputo o en vómito
- ⌚ Heces rojas o negras
- ⌚ Exceso de hemorragia ante cualquier herida, extracción dentaria, cirugía...
- ⌚ Pequeños puntos rojos en la piel y moretones inusuales
- ⌚ Dolor de cabeza o de estómago intenso
- ⌚ Desvanecimientos, mareos o aumento de la debilidad
- ⌚ Náuseas y vómitos intensos
- ⌚ Cuadro diarreico que dure más de dos días
- ⌚ Fiebre mantenida
- ⌚ Dificultad para hablar, sensación de hormigueo en las piernas o en los brazos

❖ Conservación del medicamento y reposición

- Para una buena conservación del medicamento es aconsejable siga estas indicaciones

- 1.- Manténgalo alejado del calor y de la luz directa
 - 2.- No lo guarde en sitios húmedos, como el baño o cerca del lavaplatos en la cocina.
El calor o la humedad pueden deteriorar el medicamento.
 - 3.- Conserve los medicamentos en un sitio fuera del alcance de los niños.
- Conviene prevenir las necesidades del medicamento solicitando recetas.

ANEXO I

❖ Técnica de autoinyección

➤ ZONAS DE INYECCIÓN

Las zonas más adecuada de inyección son:

- La parte posterior de los brazos
- El abdomen, con la excepción de la cintura y el ombligo
- La parte superior de los muslos

➤ AUTOINYECCIÓN

- 1.- Desinfecte la piel de la zona de inyección con algodón mojado en alcohol
- 2.- Forme un pliegue cutáneo entre los dedos pulgar e índice, sin oprimir
- 3.- Introduzca la aguja en toda su longitud formando un ángulo de 45°. Tire un poco del émbolo para comprobar que no se ha pinchado un vaso sanguíneo. Si observa sangre en la jeringa, saque la aguja y vuelva a pinchar en otro punto
- 4.- Inyecte el líquido despacio y de forma regular, manteniendo siempre el pliegue cutáneo
- 5.- Después de haber inyectado la solución, retire la aguja y suelte el pliegue cutáneo. Desinfecte la piel con alcohol



Clínica Universitaria
Universidad de Navarra

Avda. Pío XII, 36
31008 Pamplona. España
Tel. 948 255 400
Fax 948 296 500
webcun@unav.es
www.cun.es
www.viatusalud.com