

RECOMENDACIONES PARA EL PACIENTE

- ✓ Tome exactamente la dosis diaria indicada, si es posible siempre **a la misma hora** y nunca la modifique por su cuenta.
- ✓ Si olvida tomar el anticoagulante a su hora, puede tomar esa dosis a lo largo del día (lo antes posible). Si no se acuerda de hacerlo hasta el día siguiente, entonces tome la dosis que corresponde a ese día, **nunca el doble**. Si le toca descansar algún día de la semana y se olvida, descanse al día siguiente. Si no toma todos los días la misma dosis y se confunde, corríjalo al día siguiente.
- ✓ Si ha olvidado tomar el anticoagulante un día, anote la Fecha y comuníquelo en el próximo control, porque según la fecha del olvido puede afectar al resultado del análisis.
- ✓ No es necesario estar en ayunas para el análisis de control de anticoagulante.
- ✓ Cuando acuda al control médico en la fecha fijada, recuerde llevar el último resultado.
- ✓ Si va de **viaje** puede utilizar cualquier método de transporte; si viaja al extranjero es mejor que se lleve suficiente medicamento anticoagulante para toda la duración del viaje, ya que puede ser difícil encontrarlo en otro país. Lleve consigo el informe médico del tratamiento que recibe y el carnet donde se anotan los controles.
- ✓ Usted puede comer de todo, pero siguiendo una dieta equilibrada y sin cambios bruscos. Es importante que **modere el consumo de grasas**.
- ✓ Antes de comenzar algún tipo de régimen de adelgazamiento, especialmente vegetariano, consulte a su médico. ya que puede influir en el tratamiento.
- ✓ No es recomendable consumir en exceso dietas ricas en **vegetales de hojas verdes por el contenido en vitamina K** (espinacas, lechuga, nabo, remolacha, brócoli, repollo, repollitos de Bruselas, etc).
- ✓ Evite consumir preparados de herboristería dado que pueden influir en el tratamiento.
- ✓ El **alcohol** potencia el efecto del anticoagulante y no debe consumirse en exceso. Puede tomar vino o

cerveza en pequeñas cantidades (no más de un vaso al día) acompañando las principales comidas.

✓ Debe evitar la práctica de deportes violentos, y cualquier situación que aporte riesgo de accidente.

✓ Debe **evitar las inyecciones intramusculares**, ya que pueden causar hematomas (moretones) importantes.

✓ Se recomienda que **no fume** porque el tabaco es muy rico en vitamina K y además es perjudicial para su salud.

✓ Puede ponerse vacunas antigripales o de otro tipo utilizando siempre la vía subcutánea.

✓ Cuando acuda a cualquier médico y tenga que recetarle Algún nuevo medicamento, adviértale que toma anticoagulantes. Evite tomar aspirina o medicamentos que la contengan.

✓ En caso de **dolor o fiebre** puede tomar paracetamol.

✓ Si sangra sin motivo y le llama la atención, aunque sea un sangrado leve, debe notificarlo a su médico. Si la hemorragia es importante, debe acudir al servicio de urgencias.

✓ Antes de realizar algún tratamiento que implique infiltraciones, extracción dentaria, intervenciones quirúrgicas, exploraciones endoscópicas, o cualquier otro procedimiento invasivo **consulte con una semana de antelación al médico que controla el tratamiento anticoagulante** para que indique la pauta a seguir en cada caso.

✓ Si desea quedarse embarazada consulte antes con el médico encargado del control, para valorar riesgos y recomendaciones.

✓ Si tiene un retraso menstrual de más de una semana Hágase una prueba de embarazo y si es positiva, comuníquelo de inmediato al médico.

✓ Lleve siempre la hoja o documento de control de la medicación anticoagulante, puede ser muy útil ante cualquier accidente o complicación.

✓ **Si presenta dolor de cabeza brusco e intenso, alteraciones de la vista o del habla, acuda a urgencias.**

EL ANTICOAGULANTE es una medicación PREVENTIVA que NO CURA ninguna enfermedad, y de la que hay que OCUPARSE y no PREOCUPARSE. (Contrólese)

ENFERMERÍA HEMATOLÓGICA



Educación al paciente anticoagulado

Educación para el paciente

Autores:

Alumnos de 2° año de Enfermería Hematológica

Lic. Claudia Núñez

Enf. Adriana Avalos

Enf. Sandro García

¿QUÉ SON LOS ANTICOAGULANTES ORALES?

Los anticoagulantes orales son fármacos que retardan la coagulación de la sangre,

La vitamina K es necesaria para que la coagulación se produzca normalmente y está presente en cantidades importantes en las verduras de hojas verdes, entre otros alimentos como (espinaca, lechuga, nabo, remolacha, brócoli, repollo, repollitos de Bruselas). Los anticoagulantes orales impiden que la vitamina K sea utilizada por el hígado sintetizando estos factores e impidiendo la formación de coágulos, pero a su vez favorece la aparición de hemorragias; por ello es necesario un estricto control de este tratamiento (tomando correctamente la dosis de anticoagulante indicada por el médico, efectuando los controles cuando éstos son indicados y siguiendo las recomendaciones realizadas sobre alimentación, el consumo de otros medicamentos, etc).



EFFECTO DE LOS ANTICOAGULANTES ORALES

En condiciones normales la sangre circula por los vasos sanguíneos sin coagularse nunca. Existen enfermedades o circunstancias que hacen que la sangre se acumule en las cavidades del corazón o vasos produciendo coágulos (trombos); si este coágulo comienza a circular por el torrente sanguíneo puede obstruir en forma total o parcial cualquier arteria (del pulmón, cerebro u otro órgano vital). Los anticoagulantes orales evitan e impiden, la formación de coágulos(trombos) de

esta manera se evitaria este tipo de complicaciones.

¿Quiénes deben tomar anticoagulantes orales?

Pacientes que hayan sufrido una trombosis o una embolia; para prevenir que se repita.

Personas que aún no habiendo sufrido trombosis o embolia, presentan alguna situación que les hace tener riesgo de padecerlas:

- ➔ Válvulas enfermas en el corazón para evitar que sufran una embolia.
- ➔ Válvulas artificiales para evitar que se obstruyan.
- ➔ Personas con el corazón muy dilatado para que no sufran una embolia.
- ➔ Personas con trastornos del ritmo cardiaco para que no sufran una embolia.
- ➔ Defectos congénitos en la sangre que las hacen más propensas a sufrir trombosis.



¿Dónde se hacen los controles de coagulación?

Se debe acudir siempre a un Hospital, clínica u obra social que cuente con especialistas hematólogos.

Lo ideal es que la prescripción de la dosis esté supervisada por un hematólogo.

¿En qué consiste el control?

Consiste en una prueba de laboratorio, que mide el tiempo que la sangre tarda en coagularse.

