

¿Qué son los anticoagulantes orales?

Son fármacos que hacen que la sangre tarde en coagular.

También se llaman *dicumarínicos*, aunque en la farmacia se encuentran como: **Sintrom, Aldocumar, Tedicumar...**

Con esta medicación, la diferencia con el resto de las personas es que:

Puede sangrar más y tardar más tiempo en dejar de sangrar.



El control y seguimiento de la dosis son muy importantes.

Pero igual de importante es **mantener unos hábitos saludables** en su vida diaria.

Esperamos que estas recomendaciones le ayuden en su autocuidado.

COMISIÓN DE CUIDADOS
Subcomisión de Recomendaciones al Alta

Avda. de Córdoba s/n
Madrid 28041
Tel.: + (34) 91 390 80 00
www.h12o.es



Hospital Universitario
12 de Octubre

Comunidad de Madrid

MANEJO EFECTIVO DEL RÉGIMEN TERAPÉUTICO

ANTICOAGULANTES ORALES



Las enfermeras del 12 te cuidan
Cuídate tú también

¿Cómo seguir el tratamiento?

- Debe llevar la **documentación** que permita saber que está "anticoagulado".
- Disponga siempre de **cantidad suficiente** de medicación.
- Recuerde nombre y dosis.



DOSIS

- **TOME LA CANTIDAD EXACTA INDICADA.**



Todos los días a la misma hora.

- Media hora antes o dos horas después de la comida o la cena, para una mejor absorción.
- Si olvida tomar la medicación en su horario habitual, tome la dosis lo antes posible.
- **Si lo olvida durante todo un día, no tome doble dosis el día siguiente.** Anote la fecha y comuníquelo en el siguiente control.
- Si no ha podido partir correctamente la pastilla, es preferible desecharla que tomar una dosis no indicada.



OTROS MEDICAMENTOS

- No tome medicamentos nuevos, o deje algún tratamiento sin consultarlo con su médico.
- Sólo si fiebre o dolor, puede tomar:
 - **Paracetamol** (*Febrectal, Gelocatil Termalgin...*) ó
 - **Dipirona** (*Nolotil, Algi-mabo*).
- **¡Nunca aspirina=ácido acetil salicílico!**
- Evite cualquier preparado de herbolario, puede aumentar o disminuir el efecto anticoagulante.



INYECCIONES INTRAMUSCULARES PROHIBIDAS

Hábitos saludables

Alimentación

- Puede comer de todo, de forma equilibrada y evitando excesos.
- Su alimentación debe ser lo más constante posible, sin aumentar o disminuir alimentos ricos en vitamina K: col, brécol, coles de Bruselas, coliflor, legumbres, hígado.



- Intente evitar las bebidas alcohólicas.



Si toma vino o cerveza que sea de forma moderada. No tome licores.

Actividad Física

- Procure realizar la misma actividad física **todos los días.**



- Evite practicar deportes o actividades que suponga riesgo de accidentes o golpes.

Además debe saber...

- Puede verse alterado el efecto del tratamiento en caso de diarrea de más de dos días de evolución.



- En caso de extracción dentaria o intervención quirúrgica, notifíquelo al profesional que le atiende con antelación.

- Puede tener reacciones más intensas de lo normal ante las picaduras.



Acuda al médico si...

- Sangra sin motivo: nariz, encías, vías respiratorias (tos con sangre).
- Aparecen hematomas (moratones) sin sufrir ningún golpe.
- Hace deposiciones negras y pastosas.
- Orina con color sanguinolento.
- Tiene dolor de cabeza brusco e intenso.
- Sufre una alteración en la visión o el habla.



La complicación más importante es la **HEMORRAGIA**. Pero no olvide que el tratamiento evita la formación de "TROMBOS" en sangre, y por tanto problemas muchos más graves.