



**RECOMANACIONS EN EL TRACTAMENT AMB  
ANTICOAGULANTS:  
SINTROM®, ACENOCUMAROL  
ALDOCUMAR®, WARFARINA**

**UNITAT D'HEMOSTÀSIA I TROMBOSI  
SERVEI D'HEMATOLOGIA**

**Ubicació: Torre C, 7<sup>a</sup> planta, consulta 5  
Telèfon 96 124 61 28**

**HOSPITAL UNIVERSITARI I POLITÈCNIC LA FE, VALÈNCIA**



## QUÈ SÓN ELS ANTICOAGULANTS?

Són medicaments que redueixen de forma controlada la capacitat de la sang per a coagular, d'aquesta manera impedeixen el creixement de coàguls si ja s'han format i prevenen la formació de nous trombes.

## QUAN ESTÀ INDICADA LA TERÀPIA AMB AQUESTS ANTICOAGULANTS?

Les principals indicacions són:

- Persones que han tingut una trombosi, embòlia o ictus.
- Persones que pateixen arrítmies com ara la fibril·lació auricular, porten vàlvules cardíques o tenen malalties cardíques i/o de la coagulació.

## QUINS RISCOS TÉ L'ANTICOAGULACIÓ?

El principal risc són els **sagnats**, tant de manera espontània com després de caigudes, o procediments invasius com són: endoscòpies, injeccions intramusculars, cirurgies o qualsevol situació que provoque una lesió. D'una altra banda, si l'efecte de l'anticoagulació és insuficient, poden haver-hi complicacions com ara trombosis i embòlies, per això és molt important acudir als controls mèdics programats.



**Per tant,**

Si li han de realitzar una **cirurgia, endoscòpia**, ha d'anar al **dentista** per a extraccions dentals, cal administrar-li medicació intramuscular o qualsevol procediment invasiu que li puga provocar un sagnat, **ens ho haurà de comunicar per a avaluar l'ajust de tractament.**

Les **injeccions intramusculars** no estan recomanades en pacients amb tractaments anticoagulants. Poden ser administrades si són imprescindibles i sempre sota la supervisió sanitària i preferiblement en el múscul deltoide (braç). S'ha d'aplicar compressió en el punt de punció de manera prolongada (almenys 10 minuts).

**Si té una ferida i sagna**, ha d'aplicar una compressió adequada amb una gasa neta durant 10 minuts, si després d'aquest temps el sagnat continua sent profús, cal anar al centre de salut o al servei d'urgències de l'hospital per a avaluar la ferida.

Si té una **contusió o caiguda**, ha de vigilar les zones colpejades per a valorar l'aparició d'hematomes (moradures). Aplicar fred local pot reduir el mal.

Altres **signes d'alerta de sagnat** per les quals ha d'anar a un centre sanitari són:

- Hematúria: sagnat en l'orina, l'orina apareix rosada o amb coàguls.
- Melenes: sagnat en femta (són negres, apegaloses i pudentes).
- Mal de cap intens i d'inici brusc o aparició sobtada amb dificultat per a parlar, pèrdua de força o alteracions visuals.



### HEM DE TINDRE EN COMPTE...

Les dosis del tractament anticoagulant poden variar en funció del resultat d'INR. Després de cada control li facilitaran un full de tractament personalitzat.

### HORARI DE LA PRESA dels comprimits:

- Tractament amb Sintrom® (cada 24 hores):**
- prendre a la vesprada, preferiblement a les 20 hores.

- Tractament amb Aldocumar® (cada 24 hores):**
- prendre a la vesprada, preferiblement a les 20 hores.

Pot ingerir-los amb una mica d'aigua, sempre a la mateixa hora i esperar mínim 30 minuts per a començar a sopar.

**Només mantindrà uns bons nivells d'anticoagulació si no oblida prendre cap comprimit.**

Per a evitar l'oblit d'alguna presa pot ser útil usar:

- Alarmes
- Avisadors
- Pastillers
- Usar un calendari on marcar les preses



### **QUÈ FER DAVANT L'OBLIT D'ALGUNA DOSI:**

- Pot prendre-la si encara no han passat 4 hores.
- Si han passat més de 4 hores, haurà d'esperar a la dosi següent i respectar l'horari habitual.

**Mai no modifique les dosis pel seu compte.**

**No podrà prendre dosis dobles per a compensar els oblits.**



### **CONTROLS Y SEGUIMENTS:**

Les persones que prenen **Sintrom®** i **Aldocumar®** necessiten controls sanguinis de ràtio internacional normalitzat (INR) per a ajustar el tractament, per a això haurà d'anar al seu centre de salut el dia que indique l'hematòleg per a dur un seguiment correcte.

### **CONSELLS HIGIENICODIETÈTICS:**

Amb aquesta medicació pot fer vida normal quant a l'alimentació i activitat física, amb l'única precaució d'evitar caigudes o lesions.



## Alimentació:

Li recomanem que la seua dieta habitual siga equilibrada i sana, li pot servir d'orientació la piràmide de la Societat Espanyola de Nutrició Comunitària.



No hi ha cap aliment prohibit en els pacients que prenen anticoagulants, ni tan sols les verdures, i hauran d'estar inclosos en la seua dieta sense restriccions i de manera regular.

No s'aconsella el consum de begudes alcohòliques ni de tabac perquè podrien alterar l'efecte d'aquests medicaments.

Es desaconsellen totalment els productes homeopàtics, així com els productes d'herboristeria o altres remeis, ja que podrien interferir amb la medicació.

Les infusions "clàssiques" com ara te, til·la, camamil·la o café pot prendre-les com fa habitualment.

### ÚS D'ALTRES FÀRMACS:

Hi ha fàrmacs que poden augmentar o disminuir l'efecte dels anticoagulants. Ha de consultar sempre qualsevol canvi de medicació al metge que li prescriu el tractament o que li'l retira.

Abans de prendre pel seu compte qualsevol medicament consulte el seu metge i pose especialment atenció en aquells que continguen àcid acetilsalicílic (Aspirina®).



**VACUNA DE LA GRIP i altres:** pot posar-se-les sobretot si són subcutànies. Informe sempre la seua infermera abans de l'administració.



### EN CAS D'EMBARÀS:

Si vosté està embarassada, vaja immediatament al seu centre per a la reavaluació del tractament.

Aquests medicaments podrien afectar la salut del seu fill.

### Pot trobar més informació:

#### En les WEBS

Asociació valenciana d'anticoagulats de la Comunitat Valenciana (AVAC)

<https://www.anticoagulados.org/>

Federació espanyola d'associacions d'anticoagulats (FEASAN):

<http://www.pacienteexpertoanticoagulado.org/>

FEASA <https://anticoagulado.info/tag/feasa/>

#### En l'APP:

TAONet ME





# **RECORDA:**

**Prenga la medicació en els horaris recomanats.**

**Mai no modifique la dosi pel seu compte.**

**Davant sagnat abundant o signes d'alarma vaja al seu metge**

**Abans que li administren la medicació intramuscular, avise el metge que està anticoagulat.**

**Informarà, amb una setmana d'antelació, sobre:**

- **Intervenció quirúrgica.**
- **Manipulació invasiva: procediment per endoscòpia, biòpsies...**
- **Extracció dental.**

**Si aquests procediments es realitzen de manera urgent, comuniqui sempre que està prenent aquesta medicació.**

**PORTE JUNTAMENT AMB LA DOCUMENTACIÓ UNA NOTA AMB EL SEU TRACTAMENT I DOSIS.**

**Mantinga un estil de vida saludable: activitat física i alimentació equilibrada.**

**En cas de dubtes, el nostre telèfon és el 96 124 61 28.**