

10.9. Tratamiento con anticoagulantes

Los medicamentos anticoagulantes hacen que la sangre tarde más tiempo en coagular. Así se evita la formación de coágulos y las embolias. Están indicados en personas con riesgo de padecer estos problemas; la mayoría son personas con la arritmia denominada fibrilación auricular y las operadas de las válvulas cardíacas. El objetivo es preventivo. Su principal inconveniente es que aumentan el riesgo de hemorragia. Puede sangrar más con las heridas, si se extraen una muela y al operarse. El tratamiento con Sintrom® y Aldocumar® se caracterizan por ser individualizado: cada persona requiere su propia dosis diaria y precisa controles periódicos (desde pocos días a cada 4-6 semanas). En los controles se mide el grado de coagulación de la sangre mediante un dato llamado INR que sirve para ajustar la cantidad de medicamento diario. Su valor debe estar entre 2 y 3, salvo en casos especiales (prótesis valvulares cardíacas metálicas). Existen otros anticoagulantes, denominados directos, que no necesitan controles de la coagulación, pero es muy importante evitar olvidos y al menos cada 6-12 meses se debería valorar en una analítica la función renal.

¿Qué puede hacer?

Sintrom® y Aldocumar®

- **Tome el medicamento.** Todos los días y a la misma hora por la tarde, fuera de las comidas.
- No cambie la dosis por su cuenta.
- Respete el día y la hora de sus citas de control. Puede desayunar antes.
- **En caso de olvido de una dosis:**
 - Si es el mismo día, tómela cuando se acuerde.
 - Si se acuerda al día siguiente, olvide la del día anterior y tome la dosis que corresponde a ese día.
 - Si le corresponde descansar algún día de la semana y se olvida de hacerlo, descanse al día siguiente.
- La dieta debe ser equilibrada, variada y sin cambios bruscos en la cantidad de verduras que tome cada día porque son ricas en vitamina K e interfieren en la acción del Sintrom y Aldocumar. En caso de tomar bebidas con alcohol, hágalo con mucha moderación.
- No tome ningún medicamento nuevo sin antes consultarlo con su médica o médico.
- Siempre que reciba atención de personal sanitario, recuérdelos que toma anticoagulantes. También en caso de extracciones dentales, endoscopias e intervenciones quirúrgicas.



- Si padece fiebre o dolor, puede tomar paracetamol.
- En caso de duda, póngase en contacto con su centro de salud.
- **Evite las inyecciones intramusculares.**
- Puede ponerse **vacunas**.
- Evite los ejercicios violentos. Si se hace una herida, comprima hasta que deje de sangrar.
- **Cuando viaje,** lleve siempre cantidad suficiente de medicamento.

Anticoagulantes directos (Pradaxa®, Xarelto®, Eliquis®, Lixiana®)

- No necesitan controles porque su acción interfiere menos con otros medicamentos y alimentos, pero precisamente por esto y porque su efecto desaparece en horas o en un día, es importantísimo tomarlos todos los días, mas o menos a la misma hora y en la cantidad exacta prescrita.
- En caso de olvido de una dosis: en las 6 primeras horas tome la dosis olvidada; pasado ese tiempo, olvide esa dosis y continúe con la dosis que le corresponda.

MES						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
			1	2	3	4
			☾	☾	☾	☾
5	6	7	8	9	10	11
☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾
12	13	14	15	16	17	18
☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾
19	20	21	22	23	24	25
☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾
26	28	29	30	31		
☾	☾	☾	☾	☾		

¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Si tiene cualquier duda con el tratamiento.
- Si presenta sangrados leves recurrentes. Por ejemplo, sangrados leves por encía o nariz, reglas más abundantes de lo habitual y moratones en la piel.
- Debe acudir a **urgencias** en los casos de:
 - Sangrados más importantes, hematomas grandes, esputos o vómitos con sangre.
 - Heces negras como alquitrán.
 - Dolor de cabeza muy intenso y repentino.
 - Dificultad para hablar.
 - Problemas bruscos de visión.

¿Dónde conseguir más información?

- <http://escueladepacientes.es/cardiovasculares/anticoagulacion/guias-anticoagulacion>
- www.fisterra.com/salud/3proceDT/anticoagulacion.asp
- <http://anticoagulados.info/>