

VIVIR CON TRATAMIENTO ANTICOAGULANTE

¿QUÉ SON?

Los anticoagulantes son medicamentos que modifican la coagulación de la sangre: **retrasan el tiempo que tarda la sangre en formar un coágulo** (trombo o tapón). Su objetivo es que el coágulo no se forme dentro de los vasos sanguíneos, para evitar que se produzca un ictus, una trombosis o una embolia.

TIPOS

- **Antivitamina K:** Acenocumarol (Sintrom®) y warfarina (Aldocumar®).
- **De acción directa:** Dabigatran (Pradaxa®), Rivaroxaban (Xarelto®), Apixaban (Eliquis®) y Edoxaban (Lixiana®).
- **Heparina inyectable:** Enoxaparina sódica (Clexane®), Dalteparina sódica (Fragmin®), etc.

¿CÓMO CUIDARME?

- **Alimentación** variada y equilibrada.
- Realizar **actividad física**. No hacer ejercicio de contacto y con riesgo de golpes.
- Evitar el **alcohol, tabaco y otras drogas**. Pueden interaccionar con los medicamentos anticoagulantes.
- Se puede **viajar** en cualquier medio de transporte.
 - Muévete y levántate a menudo.
 - Avisa si tienes marcapasos o válvula.



Si tomas tratamiento anticoagulante es más probable que se produzcan **sangrados o hemorragias** (pérdida de sangre por la nariz, orina, heces, heridas...). Por eso, es importante intentar evitar caídas, golpes o heridas:

- Utiliza maquinilla de afeitar en vez de cuchilla.
- Prevención de caídas: usar calzado bien sujetado, tener cuidado con las alfombras y escaleras, y mantener una iluminación adecuada.

CONSULTA CON TU PROFESIONAL DE SALUD DE REFERENCIA:

- 
- Si notas algún **sangrado** que te preocupe.
 - Si aparecen **hematomas** sin que te hayas dado un golpe, aumentan de tamaño o son dolorosos.
 - Siempre que tengan que hacerte un **procedimiento invasivo** (biopsia, extracción dental, operaciones...).

ACUDE A UN SERVICIO DE URGENCIAS:

- 
- Si es un **sangrado importante o que no se detiene** (heces negras, hemorragia en la nariz, sangrado ginecológico abundante, sangre en orina o en esputo).
 - Si te das un **golpe en la cabeza** o empieza a dolerte de forma brusca o muy intensamente.
 - Si notas **alteraciones del habla o pérdida de visión**.

CONSULTA CON TUS PROFESIONALES DE SALUD:

- Antes de empezar a tomar nuevos medicamentos o productos naturales o si dejas de tomar alguno que tomabas habitualmente.
- En situaciones especiales como embarazo y lactancia.



www.osakidetza.euskadi.eus/tratamiento-anticoagulante-oral-tao/webosk00-oskenf/es/



→ DE ACCIÓN DIRECTA

Dabigatran (Pradaxa®), Rivaroxaban (Xarelto®), Apixaban (Eliquis®) y Edoxaban (Lixiana®).

CARACTERÍSTICAS

En los últimos años han aparecido nuevos anticoagulantes orales con otras formas de actuar.

- Están indicados para algunas personas con fibrilación auricular no valvular o enfermedad tromboembólica venosa.
- No es necesario realizar controles periódicos para medir el efecto.
- La alimentación no altera la manera de actuar de la medicación.



CUIDADOS

- 1 Tomar siempre la **misma dosis**: 1 ó 2 veces al día según el fármaco. Su efecto va disminuyendo a partir de las 12-24 horas tras la toma y puede ser insuficiente.
- 2 Es importante **no olvidarse** de tomarlo. Puedes utilizar un calendario, alarmas o un pastillero para recordarlo.
- 3 Si has olvidado tomar la medicación, **no tomes el doble** al día siguiente. Sigue con el tratamiento habitual a la hora programada.
- 4 Tus profesionales de la salud te indicarán **controles periódicos** de la función del riñón y del hígado.
- 5 Recuerda la hora en la que has tomado por última vez el anticoagulante, por si te lo pregunta tu profesional de la salud o necesitas atención urgente.
- 6 No se deben usar durante la gestación ni durante la lactancia. Ante posibilidad de embarazo, realizar siempre prueba confirmatoria y comunicarlo al personal sanitario.
- 7 **No interrumpas el tratamiento sin indicación médica.**
En caso de tener que realizarte alguna intervención o prueba con riesgo de hemorragia, consúltalo siempre con tu profesional sanitario de referencia.

