

## La hoja de tratamiento

La hoja de tratamiento es personal. Debe conservarla siempre en sitio visible.

En ella vienen anotados sus datos personales, su rango óptimo de INR (el valor que debe tener en la prueba que le hacemos cuando acude a la consulta), las recomendaciones que se le prescriban y la dosis que debe tomar hasta la próxima cita.

Cada vez que acuda a realizarse su control, recibirá una nueva hoja de tratamiento que debe consultar inmediatamente por si ha habido cambios.

En esa hoja ya vendrá señalada la fecha de la próxima cita, con junto con la hora aproximada y turno asignado.



## Teléfonos para Consulta

Si necesita en algún momento realizarnos alguna consulta telefónica, dispone de los siguientes números:

**951 032 320 y 951 032 140**

Para contactar con nosotros puede hacerlo en días laborables en horario de 10:00 a 13:00 horas.

## Funcionamiento de la Consulta

La consulta dispone de tres tramos de toma de muestra. Una vez llegue a la consulta, deberá reservar turno.

- El primer tramo va desde las 8:30 a las 10:15 horas y atiende a los 100 primeros pacientes.
- El segundo tramo va desde las 11:00 a las 12:00 horas, aproximadamente, y atiende al resto de los pacientes.
- El tercer tramo se reserva a los pacientes que acuden sin cita por cualquier causa. Es aconsejable que, de verse en esta situación, acuda a la consulta a las 11:30 horas; nuestro personal irá llamando secuencialmente a los pacientes sin turno.

Cada vez que su resultado esté dentro de los valores normales (es decir, en rango) recibirá en breve su nueva hoja de tratamiento.

En caso contrario, su resultado deberá ser revisado por el hematólogo, produciéndose una demora algo mayor (en el primer tramo, no antes de las 9:30h).



Documento aprobado por la Comisión de Calidad  
"Educación para la Salud"  
Fecha de última revisión: 15/02/2011

Hospital Universitario Virgen de la Victoria  
Campus Universitario Teatinos, s/n  
29010 - Málaga - España  
951 032 000 / Fax 951 032 022  
<http://www.huw.es>



## Hospital Universitario Virgen de la Victoria



## Guía informativa para pacientes en tratamiento anticoagulante oral

Consulta de anticoagulación oral

Unidad de Gestión Clínica Laboratorio y Hematología

## ¿Qué debe saber sobre su tratamiento?

El tratamiento anticoagulante oral no es curativo, sino preventivo; es decir, disminuye el riesgo de complicaciones debidas a su enfermedad. El medicamento más utilizado es el Sintrom®.

Cada persona tiene una dosis personalizada debiendo realizarse su toma siempre a la misma hora. En la consulta recomendamos que las haga antes del almuerzo.



Si le fuese imposible realizar la toma a la hora habitual, tiene un margen de tres horas para realizarla.

Fuera de ese plazo no tomará la dosis de ese día, y seguirá la pauta que tiene marcada. **Nunca tome una dosis doble** al día siguiente.

El Sintrom® le será recetado por su médico de cabecera y deberá tomarlo una vez al día.

Una vez esté estable bien podrá ser controlado en su Centro de Salud o seguir un programa de Autocontrol (solicítenos información acerca del mismo).

## Precauciones

No debe tomar Aspirina® o Adiro® (ácido acetil-salicílico) ni derivados, a menos que su médico lo prescriba.

No es preciso que venga en ayunas cuando acuda a la Consulta. Si inicia un nuevo tratamiento (o le es modificado el actual) debemos comprobar si éste afecta a su tratamiento anticoagulante por lo que deberá acudir, pasados **cuatro o cinco** días, a la consulta en el tercer tramo de la misma.

Está contraindicada la administración de inyecciones intramusculares, así como debe evitar realizar ejercicios violentos. También es importante que extreme el cuidado con el manejo de objetos cortantes.



Si precisara realizarse una prueba diagnóstica invasiva (como una colonoscopia) o intervención quirúrgica, deberá acudir a la consulta **cinco días antes** de la fecha de su realización para retirarle el Sintrom® y prepararlo adecuadamente. Deberá acudir en el tercer tramo de la Consulta.

En caso de necesitar una extracción dentaria deberá realizarse un control ese mismo día. Se le entregará una hoja especial para el dentista. Las mujeres en edad fértil deben consultar sobre anticoncepción. Debe estar atento a las pérdidas anormales de sangre, en caso de presentar alguna, consulte en la consulta o acuda al servicio de urgencias.

## La dieta en el tratamiento anticoagulante

Es preciso que tome algunas medidas relacionadas con su alimentación.

El Sintrom® actúa frenando el efecto de la Vitamina K, por lo que es preciso controlar, tomando siempre cantidades similares de esta vitamina con la ingesta. A grandes rasgos los alimentos ricos en esta vitamina son:

Entre las fuentes de vitamina K están la col, la coliflor, las espinacas y otros vegetales de hojas verdes, así como los cereales



- Vegetales de hoja ancha (lechuga, espinacas...).
- Brécol y col.
- Té, sobre todo el verde.
- Ajo crudo.

También debe cuidar la ingestión de alimentos flatulentos como las legumbres o las castañas.

Con respecto a las bebidas, debe moderar el consumo de bebidas carbónicas. El alcohol de alta graduación (vodka, coñac, ginebra, whisky...) está totalmente prohibido. Sin embargo, puede tomar una copa de vino o una cerveza junto con la comida.