

Los anticoagulantes orales (Dicumarínicos = [Sintram®](#)) son medicamentos que, con el fin de evitar la trombosis y/o embolia, hacen que la sangre tarde más tiempo en coagular. Por eso la mayor complicación de los anticoagulantes es la hemorragia.

Para conseguir el mejor resultado posible y prevenir las hemorragias, le recomendamos que tenga en cuenta las siguientes indicaciones:

- 1.- **El tratamiento con anticoagulantes orales debe ser siempre controlado cuidadosamente.** La dosis se ajusta para cada persona, de forma individualizada, después de hacer un análisis de sangre.
- 2.- **Tome la dosis exacta indicada por su médico en el calendario.** No debe cambiar nunca la dosis por su cuenta. Tome siempre el fármaco a la misma hora. Si se olvida, si es dentro del mismo día, tome la dosis lo antes posible. Si un día se olvida, no tome el doble de dosis al día siguiente.



Comprimidos fraccionables en 4 partes

3.- **No debe tomar ningún medicamento nuevo sin consultarlo con su médico.** En principio no tomará antiagregantes ni antiinflamatorios ya que potencian el efecto de los anticoagulantes. Entre los antiagregantes se encuentran: ácido acetil-salicílico (Aspirina®, Adiro®, Tromalyt®,...) y derivados: Trifusal (Disgren®), Ticlopidina (Tiklid®).

4.- **Para la fiebre o el dolor puede tomar** Paracetamol (Termalgin®, Tylenol®, Gelocatil®, Febrectal®, Efferalgan®, etc) o Diprofona (Nolotil®, Algi-Mabo®, etc).

5.- **Están totalmente prohibidas las inyecciones intramusculares** porque pueden producir hemorragia en el músculo y complicaciones posteriores. No existe problema para poner inyecciones subcutáneas e intravenosas.

6.- **No suprima ningún medicamento**, sobre todo tranquilizantes, hipnóticos, antibióticos, ni el [Sintram®](#) sin ponerse en contacto con el médico que controla su coagulación. La mayoría de dichos medicamentos interfieren con el anticoagulante y es preciso ajustar su dosis.

7.- **Evite los laxantes oleosos.** (Parafina, Emuliquen simple®, Hodernal®)

8.- **Evite las bebidas alcohólicas.** No debe tomar cerveza. Puede tomar vino, siempre que sea con moderación y dentro de las comidas.

9.- **Mantenga una dieta equilibrada.** Su régimen alimenticio deber ser de lo más constante que sea posible. Procure tomar la misma cantidad de verdura todos los días. Intente no tomar alimentos flatulentos: col, coliflor, garbanzos, castañas, chocolate, etc. Modere la ingesta de algunos alimentos que son especialmente ricos en vitamina K, como las espinacas, la col (2), perejil, hierbabuena, habas, acelgas, judías verdes (1). Evite los productos de herboristería.

10.- **En caso de diarrea**, como primera medida, debe de hacer un día de dieta sin sólidos y tomar abundantes líquidos (agua, agua de arroz, agua de limón, té,...). Si al día siguiente se encuentra mejor puede tomar alimentos fáciles de digerir, arroz, zanahoria, patata cocida, pescado cocido, yogurt, evitando grasas, frutas y verduras. Si a pesar de estas medidas no disminuye el número de deposiciones debe de acudir a su médico de familia.



**Osakidetza**

HOSPITAL DONOSTIA

**HOJA DE RECOMENDACIONES**

**ANTICOAGULACION**

- 11.- En caso de extracción dentaria, intervención quirúrgica o accidente**, deberá notificarlo a su médico, dentista o cirujano. En caso de cirugía es conveniente conocer la fecha de la misma, al menos con una semana de antelación, para prepararlo debidamente.
- 12.- Controles del Sintrom.** NO hace falta estar en ayunas para hacerse el control del Sintrom. Deberá hacer todos los controles que se le indiquen, procurando respetar las fechas y horas de citación. Procure llevar la hoja de control del Sintrom® cuando acuda a su Médico de familia o al Servicio de Urgencias,
- 13.- Si presentara alguna complicación debida al tratamiento** como hemorragias nasales, sangre en orina, heces negras o pastosas, heces con sangre, esputos con sangre o hematomas espontáneos, debe acudir al control, aunque sea antes de la fecha asignada, a su médico de familia o a los servicios de urgencias de cualquier hospital lo antes posible.
- 14. En caso de embarazo**, comuníquelo sin demora al médico responsable del tratamiento: este medicamento es potencialmente perjudicial para el feto.
- 15. Mantenga todo medicamento fuera del alcance de los niños.** Los anticoagulantes orales ([Sintrom®](#)) pueden ser especialmente peligrosos para ellos.
- 16. Es recomendable que lleve algún tipo de identificación** que indique que está en tratamiento con anticoagulantes orales ([Sintrom®](#)). Si es víctima de un accidente, le será de gran utilidad para los que le atiendan.
- 17.- Mantenga una buena higiene dental.**
- 18.- Procure no hacer ejercicios violentos.** En caso de traumatismo craneal deberá consultarlo con su médico.