

Hoja de Recomendaciones a Pacientes con Acenocumarol (SINTROM®)

Los anticoagulantes orales son medicamentos que hacen que la sangre tarde más tiempo en coagular, con el fin de evitar la trombosis y/o embolia. Por eso la mayor complicación de los anticoagulantes es la hemorragia.

¿Como se debe tomar?

Todos los días a la misma hora, idealmente 1 hora antes de cenar, creando un hábito y en caso de tener otra medicación pautada por su médico tomarla junto a ella. (Es más difícil olvidar 2 que olvidar 1).

Es necesario un control por lo menos 1 vez por mes. Al inicio del tratamiento requiere un control más estricto (3-4 días).



El Sintrom viene en presentaciones de 1 y 4 miligramos, aunque esta última prácticamente no se utiliza, por ello pregunte usted cual le están administrando.

RECUERDE: No es necesario ir en ayunas al control.

¿Qué hacer cuando se olvida tomar una dosis?

Si es el mismo día tomar la dosis indicada inmediatamente lo recuerde, Si es al día siguiente cuando lo recuerda **NO tomar nunca el doble**, debe tomar la dosis que le corresponde y avisar en el próximo control.

El Sintrom es un fármaco que por su composición puede verse afectado por:

Alimentos:

Si va a iniciar cualquier régimen debe avisar a su médico.



Evitar en la medida de lo posible alimentos con alto contenido de Vitamina K (Brócoli, Col, Perejil, Acelgas, Te verde, Pasas, Kiwi, higos...).

Se puede tomar Máximo una copa de vino o una caña de cerveza por día.

El tabaco contiene Vitamina K por lo tanto debe suspenderlo.



Fármacos: No realice nunca cambios por su cuenta en la medicación.

En caso de empezar a tomar algún suplemento vitamínico debe consultar con su médico.

Si presenta dolor o fiebre puede tomar Paracetamol (Máximo 2 gramos al día) e Ibuprofeno (siempre en dosis bajas y periodos cortos) y debe evitar Aspirina.

Evitar administración de medicamentos intramusculares, no obstante si se le puede administrar por vía venosa o subcutánea.

Las vacunas no presentan interacciones de importancia con los anticoagulantes.

Curiosidades

Dentista y Cirugías: A la hora de ir al dentista o al cirujano recuerde avisarle que toma Anticoagulantes.

Viajes: Cando se vaya de viaje solicite a su médico adelantar la hoja de tratamientos para que lleve consigo todas las dosis necesarias hasta su regreso.

Procure llevar algún tipo de identificación que indique que usa anticoagulantes.

Ejercicio: Evitar deportes de contacto y alto riesgo (Riesgo de hemorragias). En caso de iniciar actividades con una gran carga de trabajo debe avisar a su médico.

Heridas y cortes: Aplicar presión sobre la herida hasta que detenga el sangrado. En caso de no control de sangrado acudir a Urgencias así mismo como si la herida es de gran tamaño.

Estreñimiento: Se debe tratar de mantener un hábito intestinal adecuado para prevenir sangrados por situaciones de estreñimiento.

Consejo: Tenga en casa un envase de recambio (En caso de pérdida y no poder asistir ese mismo día por una nueva hoja de tratamientos).

Higiene Personal: Cuide su higiene personal con especial cuidado con cepillado de dientes y al afeitarse.

Familia y amigos: Avisar a sus personas más cercanas que toma medicamentos anticoagulantes.

Prevención de caídas: Las personas tomando anticoagulantes deben tener especial cuidado en prevenir las caídas puesto que ante un mínimo traumatismo en la cabeza u otras regiones del cuerpo pueden presentar hemorragias y complicaciones.

Para esto es recomendable comentar con su Médico en caso de tener medicamentos para el tratamiento de insomnio y/o ansiedad/depresión.

Tome las siguientes precauciones:

- Encienda la luz al levantarse de noche.
- Si se siente mareado no se levante de la cama o sillón.
- En caso de tomar alcohol hágalo con moderación.
- Lleve calzado cómodo y que no deslice al caminar.
- En caso de necesitar ayuda para alguna tarea en el hogar no dude en solicitar colaboración.
- Quitar objetos sueltos y cables que puedan precipitar caídas.

Masajes: No se recomiendan los masajes profundos o de elevada intensidad. Idealmente deben ser realizados por personal cualificado y advirtiendo de la medicación.

Acupuntura: Se recomienda precaución con este tipo de prácticas.

Complicaciones

- La más frecuente son las hemorragias:
- **LEVES:** Si es sangrado muy escaso y autolimitado por encías, nariz y/o moratones, debe informarlo en el próximo control.
- **GRAVES:** Si hace deposiciones negras o pastosas, heces con sangre, orina con sangre, sangrado vaginal intenso, tos con sangre, dolor fuerte y brusco de cabeza es imprescindible consultarlo lo más pronto posible en Urgencias.

¿Cuándo llamar al Médico?

- **Cualquier complicación grave.**
- Fiebre.
- Caídas.
- Si cree que ha tomado la medicación de forma inadecuada.

Centro de Salud Rafalafena
Carrer de Moncofa, 39, 12003 Castelló de la Plana,
Castelló, España
Teléfono: 964 72 34 50
Teléfono Urgencias: 112



Camilo Perdomo R1 MFyC
Óliver Toste-Bello Dorta R1 MFyC
21 de Octubre de 2014