

Recuerde

Lleve consigo SIEMPRE una **identificación** de anticoagulado, con el nombre y la dosis del ACOD que toma.

Tarjetón de control de tratamiento con anticoagulantes orales directos*	
Datos personales	
Nombre:	
Fecha de nacimiento:	
Grupo sanguíneo:	Factor Rh:
Dirección:	
Número de registro:	
Tratamiento	
Anticoagulante empleado:	
Dosis:	
Fecha de inicio:	
Duración del tratamiento:	
Datos personales patológicos	
Enfermedades asociadas:	
DM	HTA
ERC	Coagulopatías
Otras:	

Deberá llevar la medicación que toma (aporte la **receta electrónica actualizada**) así como algún informe médico que justifique la anticoagulación.

En los viajes, no permanezca durante mucho tiempo sentado; **levántese cada 2h y si puede pasee.**

Consulte a su médico si planea excursiones en las que vaya a estar a más de 2000 metros de altitud, en exposición directa al sol y en climas muy calurosos.

Hidrátese bien (especialmente en los meses de calor).

Viaje con suficiente medicación en su equipaje de mano (pueden ser difícil de comprar fuera de España) .

Para viajes por Europa, lleve consigo la tarjeta sanitaria europea.

Existen asociaciones para pacientes anticoagulados (en Aragón **ASANAR**) donde podrán apoyarle para el adecuado seguimiento de su tratamiento.

<http://www.asanar.es/>

Aconsejamos utilizar pulseras identificativas con código QR u otra identificación donde figure el anticoagulante que toma.



Acuda a Urgencias si aparece:

- *Pérdida brusca de visión
- *Sangrados que no cesan
- *Dolor de cabeza intenso y/o brusco (o si aparece junto a vómitos)
- *Heces de color negro
- *Sangre en heces/orina
- *Vómitos/diarrea importante
- *Sangrados nasales que no cesan
- *Hemorragias ginecológicas severas/espontáneas
- *Espustos con sangre
- *Golpe en cabeza, tórax o abdomen importante

Autores:

López López M^a Carmen. Enfermera Hematología. HNSG
Franco García, M^a Esther. FEA Hematología. HNSG
Pérez Layo, Ángeles. FEA Hematología. HRV
Arbiol Latorre, Rosa María. Enfermera Hematología. HNSG
Esteban Huche, Clara Victoria. Supervisora Consultas Externas. HNSG
Abad Olmos, Ana Laura. Enfermera Hematología. HNSG
López-Coronado Pérez, José Luis. Médico Familia y Comunitaria. CS Tarazona
López Gómez, Luis Antonio. Jefe Sección Hematología. HRV

Nuevos anticoagulantes orales de acción directa (ACODs)

Dabigatrán (Pradaxa[®])
Rivaroxabán (Xarelto[®])
Apixabán (Eliquis[®])
Edoxabán (Lixiana[®])

¿Qué son los ACODs?

Los anticoagulantes tienen como misión evitar la formación de coágulos no deseados que pudieran ocasionarle complicaciones (infarto cerebral, infarto pulmonar, trombosis arterial o venosa, infarto cardiaco...).

Para ello, el médico que le indica este tratamiento, le recetará el fármaco que considere más adecuado a su enfermedad y a sus características personales (edad, función renal, antecedentes, otros tratamientos...).

Los ACODs actúan específicamente sobre un único factor de la coagulación para evitar la formación del trombo no deseado; deberá de vigilar si le aparece algún signo de sangrados.

Si no toma la dosis indicada, estará desprotegido ante la trombosis.

No abandone la medicación anticoagulante sin indicación médica.

Informe **SIEMPRE** que toma tratamiento anticoagulante, indicando el nombre del fármaco, dosis y hora de la última toma.

En caso de dolor tome:

PARACETAMOL o METAMIZOL. Para el resto de fármacos, consulte a su médico.

¿Qué debo saber sobre los ACODs?

Los ACODs son anticoagulantes de nueva generación que **no necesitan monitorización de rutina.**

El médico que le prescribió el tratamiento anticoagulante (cardiólogo, neurólogo...) y/o su médico del Centro de Salud le citarán para seguimiento cada 3-6 meses al principio y posteriormente 1 vez al año para controlar:

*Cumplimiento del tratamiento

*Eventos tromboembólicos

*Sangrados

*Otros efectos secundarios

*Otros medicamentos

*Analítica: para valorar hemoglobina, función renal y función hepática.

CONSEJOS:

Haga ejercicio físico diario (**pero evite** deportes de contacto como boxeo, artes marciales y otros donde puedan producirse caídas graves: alpinismo, esquí...). Use casco si monta en bicicleta/moto.

Se aconseja llevar una dieta mediterránea variada.

Los ACODs no interfieren con la alimentación pero se recomienda no tomar pomelo y evitar la Hierba de San Juan (hipérico). **Consulte con su médico ante cualquier duda.**

EVITE piercing y tatuajes.

EVITE el consumo de alcohol/tabaco.

EVITE caminar descalzo (puede cortarse).

Recomendaciones:

Tome la medicación **respetando siempre la pauta indicada por su médico.** En caso de olvido, tomarla lo antes posible.

Sólo si vomita justo después de tomar el anticoagulante, vuelva a tomarlo.

En caso de diarrea: tome abundante líquido y alimentos fáciles de digerir (arroz, fideos, pollo sin piel...)

Si aparece una hemorragia no justificada, acuda a urgencias indicando *“a que hora tomó la última dosis del fármaco”*.

Si usa pastilleros, no deje las pastillas sueltas. Manténgalas en el envase hasta que vaya a tomarlas.

No parta ni triture los comprimidos salvo que su médico lo autorice expresamente.

Si cirugía, extracción dentaria, endoscopias, mamografías, punciones articulares... consultar a su médico.

EVITE las relaciones sexuales de riesgo.

Si cree estar embarazada, acuda a su médico lo antes posible; deberá suspender el tratamiento con ACOD y pasar a heparina.

En caso de vacunas, comunicar al personal sanitario que toma tratamiento anticoagulante.

EVITE inyecciones intramusculares, ya que pueden producir hematomas importantes.

EVITE masajes profundos y manipulaciones articulares.

Visite a su Odontólogo periódicamente; debe mantener su boca en buen estado.