

Los anticoagulantes se usan para prevenir y tratar trombos en la sangre, que se pueden formar en las piernas, pulmones, y corazón; pueden estar asociados a grandes cirugías.

### **Si Usted esta Tomando Anticoagulantes:**

- ❖ Siga estrictamente las indicaciones del médico.
- ❖ Hágase los exámenes de sangre cuando le correspondan.
- ❖ Informe a su médico:
  - Sobre cualquier otro medicamento (recetado o de venta libre) que usted pueda estar tomando, incluyendo hierbas medicinales.
  - Si va a someterse a un procedimiento diagnóstico o quirúrgico.
- ❖ No tome tabletas extras para ponerse al día cuando se le ha olvidado una dosis.
- ❖ Tome el medicamento a la misma hora (al medio día o en la tarde) los días indicados por el médico.
- ❖ Evite cualquier actividad o deporte que le pueda producir trauma.
- ❖ En lo posible no se aplique inyecciones intramusculares, pueden dar lugar a hematomas (morados) importantes.
- ❖ Evite el uso de medicamentos como el diclofenaco, aspirina, ibuprofeno, naproxeno.
- ❖ Evite tomar medicamentos naturales o a base de extractos de plantas (ginkgo biloba, castaño de indias, hierba de San Juan y ajo, pueden interferir con la warfarina.
- ❖ Siempre que visite al médico, odontólogo o una farmacia debe informar que usted es un paciente anticoagulado.
- ❖ Utilice cepillos dentales suaves para evitar sangrado en las encías.
- ❖ Lleve consigo el informe médico del tratamiento que recibe.

### **Dieta:**

Mientras dure el tratamiento con anticoagulantes puede comer de todo a excepción de aquellos alimentos contraindicados según su enfermedad de base. Con gran cuidado en lo que se refiere a las verduras, evite el consumo exagerado de hortalizas verdes (lechuga, repollo, espinaca, brócoli, aguacate, col) y el consumo de alcohol.