

QUE FAZER PERANTE UM “INR” ANORMALMENTE ELEVADO OU SINAIS DE HEMORRAGIA?

A atitude a tomar depende da gravidade da situação, contudo deve sempre contactar o seu médico ou Enfermeiro.

Se a hemorragia for pequena (pequeno sangramento das gengivas, nariz ou pequenos hematomas), o efeito do hipocoagulante pode ser revertido pela sua suspensão, ou pela administração de um medicamento, Vit K, que lhe será administrado na USF.

Em hemorragias graves, deve sempre dirigir-se ao Hospital para lhe serem administrados medicamentos específicos.

#### Esquecimento na Toma

Se se esqueceu de tomar o anti coagulante um dia, deve continuar no dia seguinte com a dose desse dia, mais metade da dose da véspera;

É preferível tomar sempre a medicação ao jantar, mas se se esquecer pode tomar mais tarde;

## INTERRUPÇÃO DE ANTICOAGULAÇÃO

Na mulher durante o período menstrual, se este se tornar exagerado deve reduzir a dose para metade até 2 dias;

Em caso de cirurgia deve sempre alertar o médico para toma desta medicação, porque tem que ser tomados procedimentos específicos

**Gravidez** - Uma mulher hipo coagulada que engravide, deve interromper a anticoagulação oral no 1º e 3º trimestre de gravidez e substituí-la por HBPM.

### SABE QUE EXISTE UMA ASSOCIAÇÃO DE DOENTES ANTICOAGULADOS?

APDA – Associação Portuguesa de Doentes Anticoagulados- Rua S. Filipe Neri 48-1º 1250-227 Lisboa

A inscrição é gratuita e voluntária. É necessário apenas preencher a

CONTACTOS DA CONSULTA DE HIPOCOAGULAÇÃO DA USF ARANDIS

Dr.<sup>a</sup> Maria do Rosário Santos  
Dr.<sup>a</sup> Gilda Ferreira  
Enf. Hélio Firmino  
Telef: 261336373;  
**Mail:** arandis.usf @gmail.com

Elaborado :  
Equipa da consulta



ANTICOAGULAÇÃO

## Nesta consulta ser-lhe-á fornecido:

Um livro para registo do seu INR, dose do anticoagulante a tomar;  
UM guia terapêutico com as suas patologias mais relevantes.

Deve fazer-se sempre acompanhar deles

## ANTICOAGULAÇÃO

Quando se diz que um doente está **anticoagulado** ou **hipocoagulado**, quer dizer-se que o doente está a tomar medicamentos que tornam o seu sangue mais fluido (líquido). Este medicamento é necessário/imprescindível em doentes portadores de algumas doenças.

## TIPOS DE MEDICAMENTOS ANTI COAGULANTES

Existem vários, mas os mais conhecidos/prescritos são:

- Sintrom

## CONTROLO DA DOSE

Para controlo da dose de medicação a tomar, faz-se uma análise (**INR**) que pode ser efectuada, num laboratório, no Centro de Saúde ou no Hospital.

O **Valor Alvo** ou seja, o valor ideal para a sua situação clínica é-lhe transmitida pelo médico que prescreveu/controla o anticoagulante.

O medicamento anticoagulante não tem uma dose fixa, varia conforme o valor de **INR** que apresentar na altura.

## FACTORES QUE INTERFEREM COM O INR

- Alimentação

Espinafres, couves, feijão verde, favas, couve-flor, bróculos, couve-de-bruxelas, chocolate, castanhas, abacate, tabaco, óleo de girassol – **diminuem o efeito do medicamento**

Manga, alcóol (em doentes com insuficiência hepática), óleo de peixe – **Aumentam o efeito do medicamento.**

O vinho e a cerveja quando bebidos moderadamente (1 copo), não alteram a estabilidade do medicamento.

Se habitualmente não bebe, e vai ingerir alcóol, deve tomar o anticoagulante na refeição que não bebe.

- Medicamentos

Barbituricos, carbamazepina (para a epilepsia), etodolac, ribavirina, rifampicina, sucralfato, trazodone – diminuem o efeito do anticoagulante

Amiodarona, anti-inflamatórios não esteroides e esteroides, alguns antibióticos, alguns antidepressivos, etc. – **umentam o efeito do anticoagulante**

Evitar sempre o ácido acetilsalicílico como analgésico

Não esquecer que muitos analgésicos são agressores para o estômago e podem provocar úlceras e hemorragias digestivas.

Como analgésico ou anti-pirético deve usar apenas **Paracetamol (Ben-u-ron, Panadol, etc)**

**É MUITO IMPORTANTE TRANSMITIR AO SEU MÉDICO QUALQUER ALTERAÇÃO MEDICAMENTOSA**