

Nota informativa sobre autogestión de la coagulación

para pacientes formados

Apartado 1: Autocontrol del INR

- Por favor, mida 1 vez por semana su valor del índice internacional normalizado (INR) y anótelos en su cartilla de coagulación.
- Asegúrese de tomar correctamente la medida. En particular, cerciúrese de que aplica la gota de sangre a la tira reactiva durante 15 segundos.
- Si su medida de INR queda fuera de su rango de objetivo terapéutico, ajuste la dosis y compruebe de nuevo su valor de INR pasados 2 días.
- Por favor, consulte con su médico a partir de qué valor de INR tiene que ponerse en contacto con él si disminuye su rango establecido de INR.
- Con valores de INR por encima de 4,5, debe ponerse en contacto en todo caso con su médico.
- Aproximadamente cada 3 meses, comente sus medidas de INR con su médico.



Apartado 2: Coagulación de la sangre

- La coagulación de la sangre se sustenta sobre 3 pilares: las paredes de los vasos sanguíneos, las plaquetas y los factores de coagulación.
- Para la formación de los factores de coagulación es necesaria la vitamina K. La vitamina K se absorbe de los alimentos y es producida por bacterias en el intestino.
- Los factores de coagulación se sintetizan en el hígado con ayuda de la vitamina K.
- Los medicamentos anticoagulantes como Marcumar®, Coumadin® o Falithrom® reprimen la vitamina K del hígado. Así, se producen menos factores de coagulación.
- Por esta razón, al tomar este tipo de medicamentos, su sangre tarda un poco más en coagularse.
- Este efecto protege a su cuerpo contra la formación de coágulos no deseados, trombosis o embolias.



Apartado 3: Ajuste de la dosis

- Dependiendo de la enfermedad, su médico establecerá individualmente su rango terapéutico.
- Asegúrese de que sus valores de INR estén dentro de su rango terapéutico. Los valores del rango le proporcionan la mayor seguridad posible de no padecer ni una trombosis/embolia ni una hemorragia.
- Si su valor de INR se encuentra dentro del rango terapéutico, tómese la dosis programada de su medicamento.
- Si su valor de INR es demasiado alto, aumenta el riesgo de hemorragia.
- Si su valor de INR es demasiado bajo, aumenta el riesgo de trombosis.



