

## O que são anticoagulantes orais?

Os anticoagulantes orais são medicamentos que fazem com que o sangue demore mais tempo a coagular (impedir trombozes).

Os anticoagulantes usados em Portugal são o Varfine e o Sintrom.

## Quais as possíveis complicações?

A complicação mais frequente dos anticoagulantes são as hemorragias (perda de sangue) se o doente estiver anticoagulado em excesso.

Existem dois tipos de hemorragias:

- **Pequenas hemorragias:** surgem como uma perda anormal de sangue pelo nariz, gengivas, nódoas negras, sangramento prolongado após pequenos cortes, menstruação abundante ou prolongada.
- **Grandes hemorragias:** surgem como perda anormal de urina, fezes (fezes negras), vômitos com sangue, expectoração com sangue.

Existem situações com os quais se deve dirigir-se à urgência, como acidentes ou quedas (especialmente se bater com a cabeça), dor de cabeça súbita ou intensa, alterações súbitas da visão ou a perda da fala.

## Que quantidade de anticoagulante que deve tomar?

Realizando controlos de anticoagulação periodicamente. A dose diária é definida pelo médico. O doente anticoagulado não deve alterar a dose.

## Quando se deve fazer o controlo?

No dia assinalado na sua folha de anticoagulado ou numa situação extraordinária (preparações para exames evasivos, ex. colonoscopia).

**NÃO É NECESSÁRIO VIR EM JEJUM para fazer o controlo.**

## Como tomar o anticoagulante?

O anticoagulante oral tem de ser tomado sempre à mesma hora, à noite depois do jantar.

## O que fazer se tiver esquecido de tomar?

Se tiver esquecido de tomar o comprimido do dia, deve fazê-lo até à meia-noite do próprio dia. Caso se tenha esquecido de tomar um dia não pode tomar o dobro no dia seguinte, deverá referir a omissão da toma no dia do controlo.

## Conselhos gerais:

- Não deve ingerir bebidas alcoólicas, porque interfere com os medicamentos anticoagulantes, pelo que a sua ingestão deve ser reduzida ou mesmo suspensa;
- Não é aconselhável introduzir mudanças bruscas na dieta, nem dietas desequilibradas ou agressivas;
- Não é aconselhável realizar exercícios violentos, devido ao risco de hemorragias;
- Não é aconselhável injeções intramusculares, devido ao risco de hematomas;
- Se suspeitar que está grávida ou pretende engravidar, fale com o seu médico assistente;
- Não automedique, **caso necessário utilize** apenas paracetamol;
- Caso inicie uma nova medicação deverá comunicar no dia do controlo.

Vários produtos químicos interferem com esta terapêutica como: raticidas, remédios do escaravelho, sulfatos, desbaratizantes, herbicidas

Deverá **SEMPRE** usar para sua protecção máscara e luvas.

## Cuidados alimentares:

Existem alimentos que interferem com os medicamentos anticoagulantes:

❖ É aconselhado que a quantidade de alimentos ingeridos diariamente seja a mesma, isto é, os alimentos ingeridos devem ser variados, mas a sua quantidade deve ser regulada;

❖ Os alimentos que diminuem o efeito anticoagulante (“**sangue grosso**”) são ricos em vitamina K, por ex.: alface, repolho, couves, brócolos, grelos, espinafres;

❖ Os alimentos que aumentam o efeito do anticoagulante (“**sangue fino**”) são ricos em vitamina C, por ex.: laranjas, kiwis, clementinas,



tangerinas, diospiros, ameixas.

**Deverá fazer uma  
alimentação variada e  
equilibrada**

## Notas Importantes

Em caso de dúvida, contacte a consulta de Hipocoagulação deste Hospital

**Telefone:** 253 809 200 (nº geral)

**Extensão:** 6219 / 6211

**Email:**

imunodir@hbarcelos.min-saude.pt

➤ Quando recorrer aos Serviços de Saúde informe sempre os profissionais de Saúde, especialmente o seu médico de família, dentista, ginecologista e cirurgião, que toma anticoagulantes.

➤ Traga sempre consigo a seu esquema de controlo de tratamento anticoagulante.

## Serviço ImunoHemoterapia

Hipocoagulação  
Guia de Orientação

