



UW Medicine

Prevencción de coágulos de sangre

Mientras usted está en el hospital

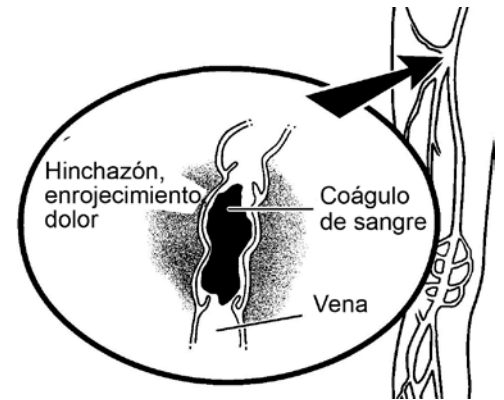
En UW Medicine, nosotros hacemos todo lo posible para evitar que los pacientes formen coágulos de sangre. Este folleto explica lo que sus proveedores de atención a su salud harán para evitar que usted forme un coágulo de sangre.

¿Qué es TVP (deep vein thrombosis o DVT por sus siglas en inglés)?

Una *trombosis de vena profunda* (TVP) es un coágulo de sangre que se forma en una de las venas del cuerpo. La mayoría de las TVPs se forman en las piernas, arriba o debajo de la rodilla.

Problemas de salud

asociados con TVPs incluyen *embolismo pulmonar* (coágulos de sangre en los pulmones) y *tromboembolismo venoso* (término médico para coágulos de sangre).



Esta figura muestra una TVP en una vena de la pierna.

¿Qué causa la TVP?

TVPs pueden ocurrir:

- Después de una cirugía o lesión
- Al permanecer inactivo por un largo período de tiempo cuando está en el hospital o en cama
- Después de viajes largos en auto o en avión

El riesgo de formar una TVP puede aumentar con ciertas enfermedades o al tomar medicamentos que aumentan el riesgo de coagulación de la sangre. TVPs pueden también ocurrir sin ninguna causa en particular.

¿Cuáles son los síntomas de TVP?

TVP ocurre la mayoría de las veces en una pierna o en un brazo. Los síntomas más comunes incluyen:

- Hinchazón
- Dolor o sensibilidad
- Enrojecimiento o coloración extraña en su piel

¿Por qué es importante prevenir los coágulos de sangre?

Nosotros tomamos la prevención de TVPs muy seriamente. La razón de esto es:

- TVPs son comunes en pacientes quienes han tenido cirugía o están en el hospital y no pueden moverse mucho.
- TVPs pueden causar dolor y aumentar el riesgo de formar otro coágulo de sangre en el futuro.
- Cuando ocurren los TVPs, es necesario un tratamiento adicional, el cual puede originar que su permanencia en el hospital sea más larga.
- Si un DVT no es tratado inmediatamente, los coágulos de las piernas pueden separarse y viajar a otras partes del cuerpo. Un coágulo de sangre que viaja a los pulmones se llama *embolismo pulmonar* (pulmonary embolism o PE por su siglas en inglés). Este tipo de coágulo puede ser de amenaza de vida porque corta el suministro de sangre a los pulmones.

¿Cómo ayudan los proveedores de atención a la salud a prevenir los coágulos de sangre?

Si usted está en el hospital por un tiempo prolongado, o si es internado en el hospital después de una cirugía, sus proveedores de atención a la salud utilizarán uno o más métodos para prevenir la formación de coágulos de sangre. Estos incluyen:

Medicamentos para el adelgazamiento de la sangre

Usted puede recibir medicamentos para prevenir los coágulos de sangre. Estos medicamentos pueden ser:

- En forma de inyección bajo la piel – los medicamentos inyectables comunes son *heparina* y *enoxaparina* (el nombre de marca es Lovenox)
- Ser ingeridos como pastillas 1 a 2 veces al día – los tipos comunes son warfarina (Coumadin), apixaban (Eliquis), y rivaroxaban (Xarelto)

Aparatos de compresión secuencial

Aparatos de compresión secuencial (sequential compression devices o SCDs por sus siglas en inglés) son envolturas que se colocan alrededor de sus piernas. De vez en cuando, usted sentirá que los SCDs se inflan con aire, luego se desinflan. Esto imita la acción de caminar y ayuda a prevenir la formación de coágulos de sangre.



SCDs son envolturas para las piernas que se inflan con aire de vez en cuando.

Si usted está teniendo cirugía en el UWMC, estas envolturas serán colocadas en sus piernas y prendidas antes de ingresar en la sala de operaciones.

Caminar

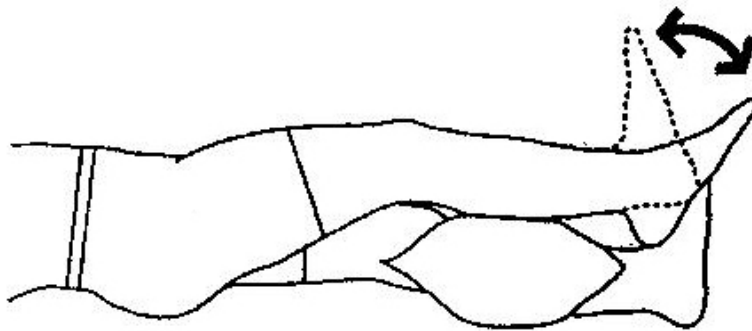
Caminar pronto después de la cirugía puede ayudar a prevenir la formación de coágulos de sangre. Pero, solamente caminar no es suficiente para prevenir la formación de un coágulo de sangre cuando está en el hospital. Es mejor si usted puede caminar pero a la vez utiliza otras maneras de prevenir la formación de coágulos de sangre, tales como utilizar los SCDs o tomar medicamentos de adelgazamiento de la sangre.

Pregunte a su doctor o enfermera qué método se está utilizando en usted para prevenir la formación de coágulos de sangre.

¿Qué puede hacer usted para prevenir la formación de coágulos de sangre?

Usted es un miembro importante de su equipo de cuidado. Aquí se mencionan algunas cosas que usted puede hacer para prevenir la formación de coágulos de sangre:

- **Si usted tiene algún síntoma de DVT (ver página 1), avisarle a su enfermera o doctor inmediatamente.**
- Tomar el medicamento para el adelgazamiento de la sangre que haya sido recetado para usted.
- Utilizar sus SCDs en cualquier momento que está en la cama o en la silla.
- Levantarse de la cama y caminar en los pasillos tan pronto y tanto como pueda.
- Antes de levantarse de la cama, solicitar ayudar para retirar sus SCDs.
- Si usted está en precauciones para caídas, solicitar ayuda antes de levantarse de la cama.
- Hacer estos ejercicios simples 10 veces cada hora mientras está despierto (ver la figura debajo):
 - Apuntar sus dedos hacia el final de la cama
 - Luego apuntar sus dedos hacia su cabeza



Hacer estos ejercicios simples mientras está en cama para ayudar a prevenir la formación de TVPs.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llamar a su doctor o proveedor de atención a su salud si usted tiene alguna pregunta o preocupación.

Preventing Blood Clots

While you are in the hospital

At UW Medicine, we do our best to keep patients from getting blood clots. This handout explains what your healthcare providers will do to keep you from getting a blood clot.

What is a DVT?

A deep vein thrombosis (DVT) is a blood clot that forms in one of the veins of the body. Most DVTs form in the legs, either above or below the knee.

Health problems linked with DVTs include *pulmonary embolisms* (blood clots in the lungs) and *venous thromboembolism* (a medical term for blood clots).

What causes a DVT?

DVTs can occur:

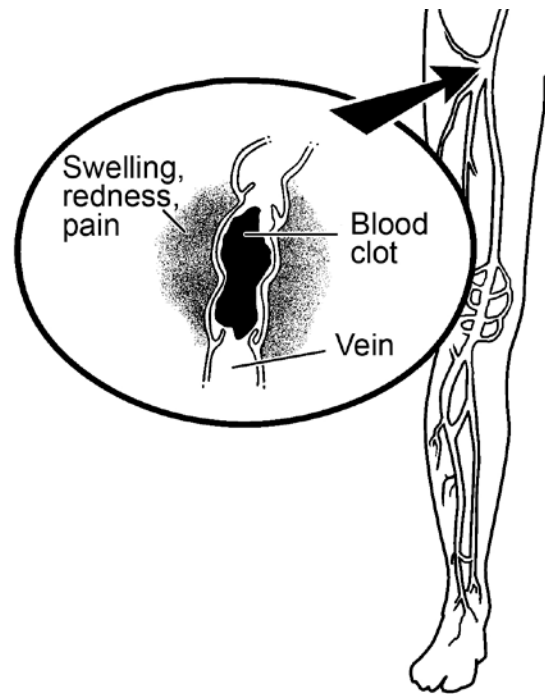
- After surgery or an injury
- From being inactive for a long time when in the hospital or bedridden
- After long trips in a car or plane

The risk of getting a DVT can be increased by some diseases or by taking medicines that increase the risk of blood clotting. DVTs may also occur without a clear cause.

What are the signs of DVT?

DVT most often occurs in a leg or arm. The most common signs include:

- Swelling
- Pain or tenderness
- Redness or odd coloring in your skin



This drawing shows a DVT in a leg vein.

Why is it important to prevent blood clots?

We take preventing DVTs very seriously. This is because:

- DVTs are common in patients who have had surgery or are in the hospital and cannot move very much.
- DVTs can cause pain and can increase the risk of getting another blood clot in the future.
- When DVTs occur, extra treatment is needed, which can make your stay in the hospital longer.
- If a DVT is not treated right away, clots in the legs can break apart and travel to other parts of the body. A blood clot that travels to the lungs is called a *pulmonary embolism* (PE). This type of clot can be life-threatening because it cuts off the blood supply to the lungs.

How do healthcare providers help prevent blood clots?

If you are in the hospital for a long time, or if you are admitted to the hospital after surgery, your healthcare providers will use one or more methods to prevent blood clots. These include:

Blood-thinning Medicines

You may receive medicine to prevent blood clots. This medicine may be:

- Given as an injection under your skin – common injectable medicines are *heparin* and *enoxaparin* (brand name Lovenox)
- Taken as a pill 1 to 2 times a day – common types are warfarin (Coumadin), apixaban (Eliquis), and rivaroxaban (Xarelto)

Sequential Compression Devices

Sequential compression devices (SCDs) are wraps that are put around your legs. From time to time, you will feel the SCDs inflate with air, then deflate. This imitates the action of walking and helps prevent blood clots.

If you are having surgery at UWMC, these wraps will be put on your legs and turned on before you go into the operating room.



SCDs are leg wraps that inflate with air from time to time.

Walking

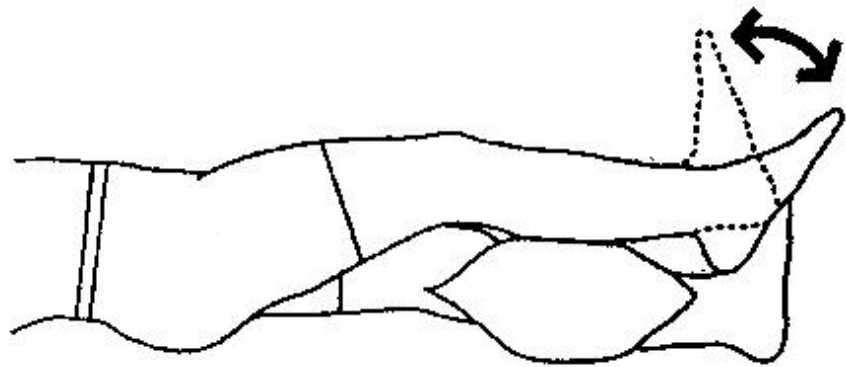
Walking soon after surgery can help prevent blood clots. But, walking by itself is not enough to prevent a blood clot when you are in the hospital. It is best if you can walk while also using other ways of preventing blood clots, such as wearing SCDs or taking blood-thinning medicines.

Ask your doctor or nurse what method to prevent blood clots is being used for you.

What can you do to prevent blood clots?

You are an important member of your care team. Here are things you can do to help prevent blood clots:

- **If you have any signs of DVT (see page 1), tell your nurse or doctor right away.**
- Take any blood-thinning medicine that has been ordered for you.
- Wear your SCDs any time you are in bed or up in a chair.
- Get out of bed and walk in the halls as soon and as much as you can.
- Before you get out of bed, ask for help removing your SCDs.
- If you are on *fall precautions*, ask for help before you get out of bed.
- Do this simple exercises 10 times every hour while you are awake (see drawing below):
 - Point your toes toward the end of the bed
 - Then point your toes up toward your head



Do this simple exercise while you are in bed to help prevent DVTs.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.