

¿Qué puede aumentar el riesgo de que se produzcan coágulos de sangre?

- Moverse poco (luego de una cirugía, o durante viajes largos en avión o en auto)
- Lesiones a causa de un accidente
- Una cirugía reciente
- Antecedentes personales o familiares de trombosis venosa profunda (TVP)
- Cáncer, ahora o en el pasado
- Embarazo
- Sobrepeso

Los coágulos de sangre pueden desprenderse y convertirse en “émbolos” que pueden viajar a los pulmones. Esto puede ser muy grave y potencialmente mortal.

Síntomas de la TVP

- Inflamación reciente en la pierna o en el brazo
- Un punto caliente o enrojecimiento de la piel en la pierna o en el brazo
- Dolor o sensibilidad en la pierna o en el brazo

Síntomas de la TVP

- Falta de aire
- Dolor en el pecho o en la espalda cuando respira profundo
- Fiebre leve
- Ritmo cardíaco acelerado
- Ansiedad
- Desmayos

Comuníquese cualquiera de estos síntomas al personal de enfermería INMEDIATAMENTE.

Quiénes Somos

Sobre nosotros

Aquí, en Stony Brook, tenemos un equipo especial que atiende a nuestros pacientes para prevenir y tratar las TVP. Nuestro objetivo es mantenerlo seguro, darle una atención de alta calidad y hacer todo lo posible para que esté satisfecho con la atención que recibe.

Comuníquese con nosotros

OFICINA ACADÉMICA: (631) 444-2040
OFICINA DE LA CLÍNICA: (631) 638-1670

101 NICOLLS RD.
STONY BROOK, NY 11794
NÚMERO PRINCIPAL DEL HOSPITAL: (631) 689-8333
SITIO WEB:
STONYBROOKMEDICINE.EDU

Para obtener más información

VEIN.STONYBROOKMEDICINE.EDU
WWW.STOPTHECLOT.ORG
WWW.AHRQ.GOV



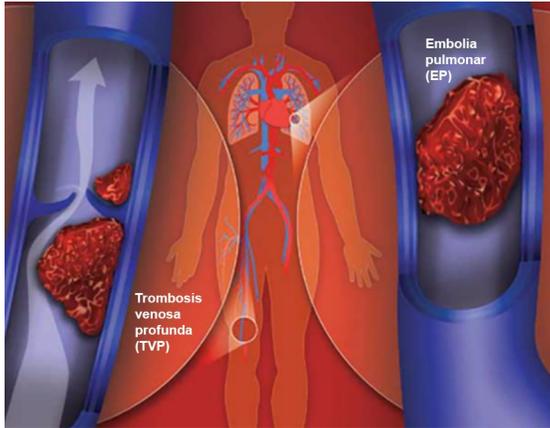
ADAM

**CÓMO PREVENIR
LOS COÁGULOS
DE SANGRE
MIENTRAS SE
ESTÁ EN EL
HOSPITAL**

*Guía para los pacientes
y sus familias*



Stony Brook
Medicine



¿Qué es la trombosis venosa profunda?

La trombosis venosa profunda (TVP) es un coágulo de sangre que se forma en una vena profunda, generalmente en las piernas. Esta es una de las principales causas de muerte en los Estados Unidos. Estos coágulos de sangre pueden ser peligrosos si se rompen y se trasladan hacia los pulmones. Cuando esto sucede, se produce una enfermedad grave llamada embolia pulmonar (EP). La mayoría de las personas desconocen la trombosis venosa profunda y sus posibles consecuencias.

A todos los pacientes ingresados en Stony Brook se les hace un examen para saber el riesgo que tienen de sufrir una TVP. En función del resultado, es posible que se le administre un medicamento o que se le pida que utilice un dispositivo de compresión en las piernas para prevenir una TVP.

Cómo prevenir los coágulos de sangre

- Camine todo lo que pueda, conforme a las indicaciones
- Tome el medicamento anticoagulante que le recete su equipo de atención médica
- Use un dispositivo de compresión cuando no camine
- Levante las piernas seis pulgadas por encima del corazón de vez en cuando
- Intente no cruzar las piernas ni poner una almohada debajo de las rodillas
- Realice ejercicios simples para las piernas:

MOVIMIENTOS QUE PUEDE HACER ACOSTADO*

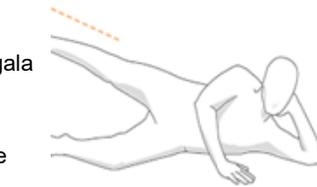
Levantar las piernas:

Acuéstese de costado con una pierna sobre la otra. Levante la pierna superior lentamente hasta alcanzar un ángulo de 45 grados. Manténgala levantada un momento, luego bájela despacio y repita el movimiento. Recuéstese sobre el otro lado y haga el mismo movimiento con la otra pierna.



Extender el tobillo:

Acostado boca arriba, flexione los dedos de ambos pies hacia usted, mantenga tres segundos y luego presione los dedos hacia abajo, mantenga y luego repita el movimiento.



Llevar la rodilla al pecho:

Acostado boca arriba, flexione la pierna derecha y llévela hacia el pecho lentamente. Mantenga la posición por 15 segundos; luego, baje la pierna. Repita estos movimientos con la pierna izquierda.



*** Consulte SIEMPRE con su equipo de atención médica antes de iniciar cualquier tipo de ejercicio.**



Ejemplo de las mangas de compresión que utilizamos en Stony Brook.

Dispositivo de compresión

La mayoría de los pacientes hospitalizados corren el riesgo de sufrir una trombosis venosa profunda y algunos no pueden tomar anticoagulantes. Un miembro del equipo le envolverá las piernas o los pies con dispositivos de compresión que se asemejan a mangas. Las mangas están unidas a un dispositivo de bombeo de aire que aprieta las piernas o los pies como si fuera un masaje. Esto ayuda a que la sangre fluya normalmente y ayuda a prevenir los coágulos.

Cuanto más lo use, más protegido estará. Es muy importante usar el dispositivo el mayor tiempo posible. Debe usar el dispositivo mientras está en la cama o en la silla. Nunca camine ni se levante de la cama si el dispositivo está conectado. Llame al personal de enfermería o a un ayudante para que se lo quite y se lo vuelva a poner.