CARTÃO DE ALERTA SOBRE COÁGULO SANGUÍNEO

O QUE É COÁGULO SANGUÍNEO?

É a formação de coágulo dentro dos vasos sanguíneos, geralmente nas pernas, que podem se desprender e ir para os pulmões. Isto pode ser fatal.

60% dos coágulos acontecem nos **HOSPITAIS** ou em até **90 DIAS** após internações.

Coágulos sanguíneos são muito sérios - mas há tratamentos efetivos para combater e ajudar na prevenção de coágulos.

SINAIS E SINTOMAS DE UM COÁGULO SANGUÍNEO

- Inchaço ou dor em uma perna ou braço
- Sensação de queimação ou vermelhidão na perna ou no braço
- Falta de ar ou respiração acelerada
- Dor no peito (particularmente quando respirando fundo)
- Tosse ou tosse com sangue

Se você tem um ou mais desses sintomas, você pode ter um coágulo e precisar de tratamento urgente

CARTÃO DE ALERTA SOBRE COÁGULO SANGUÍNEO

Estou em risco?

O QUE POSSO FAZER PARA ME AJUDAR?

- Peça para que seu risco de coágulo sanguíneo seja avaliado, especialmente se você estiver em um dos grupos de alto risco listados ao lado
- Ande e mova-se o máximo possível
- Beba bastante líquidos
- Se for indicado que use meias de compressão ou tome medicamentos para prevenir ou tratar um coágulo, siga rigorosamente as instruções
- Lembre-se, a formação de um coágulo de sangue nas veias é mais provável de ocorrer em até 90 dias <u>após</u> a internação hospitalar
- Se você tem sinais ou sintomas de coágulo, **procure ajuda médica** imediatamente

Você tem MAIS CHANCE de ter um coágulo ao ficar sem movimentar-se o suficiente em um **HOSPITAL** do que em **VIAGENS DE AVIÃO!**

VOCÊ PODE ESTAR NO GRUPO DE ALTO RISCO SE:

- Estiver internado ou em até 90 dias após ter ido para a casa
- Tiver câncer ou estar recebendo tratamento contra o câncer.
- Estiver grávida ou deu à luz um bebê há menos de 6 meses.
- Estiver sem mobilidade (mais de 3 dias de cama/ viagem ininterrupta por mais de 6 horas/perna engessada)

O RISCO PODE AUMENTAR SE:

- Você ou algum familiar próximo teve coágulo sanguíneo
- Você esteve em cirurgia nos últimos 90 dias
- Você tem trombofilia (tendência a formar coágulos)
- Você toma anticoncepcional ou faz terapia de reposição hormonal.
- Você tem doenças no coração, pulmão ou doenças inflamatórias
- Você tem 60 anos ou mais, ou está acima do peso.
- Você tem varizes avermelhadas e sensíveis.