



El nombre de mi anticoagulante* es: _____

Tomo mi anticoagulante porque: _____

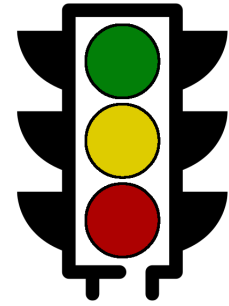
Mi IIN deseado es: _____ Mi peso es: _____

Nombre de mi enfermera: _____

Teléfono: _____

Nombre de mi médico: _____

Teléfono: _____



Verifique su “zona” con frecuencia para mantenerse sano y sin riesgos

Zona verde: excelente control

- No presenta hinchazón
- No ha empeorado su falta de aliento
- No tiene dolor de pecho
- No presenta signos activos de moretones ni sangrado
- Toma sus medicamentos todos los días a la misma hora
- Rota los puntos de inyección: al menos a 4 pulgadas del ombligo

Si toma warfarina:

- Mide regularmente su IIN y los resultados son los deseados
- Sigue tomando alimentos ricos en vitamina K (como vegetales de hojas verdes)

La ZONA VERDE SIGNIFICA:

- ✓ Sus síntomas están controlados.
- ✓ Siga tomando sus medicamentos según las instrucciones.
- ✓ Continúe pesándose diariamente.
- ✓ Mantenga una dieta constante.
- ✓ Vaya a todas sus citas con el médico.
- ✓ Reabastece sus medicamentos según lo requiere.

*Otros medicamentos pueden cambiar el efecto de su anticoagulante. Su anticoagulante también puede cambiar el efecto de otros medicamentos. Es muy importante que hable con su médico sobre todas las medicinas que toma, incluidas otras medicinas de venta con receta, de venta sin receta, vitaminas y plantas medicinales. La siguiente es una lista de algunas de las medicinas de uso frecuente sobre las cuales debe hablar con su médico o su farmacéutico antes de usarlas: analgésicos, como: aspirina, ibuprofeno (Advil, Midol, Motrin, Nuprin, Pamprin HB), naproxeno (Aleve) y Excedrin; medicinas para los resfriados, como Sine-Off y Alka-Seltzer Plus ; remedios para el estómago, como cimetidina (Tagamet HB), subsalicilato de bismuto (Pepto Bismol) y laxantes o emolientes; plantas medicinales, como ajo, ginkgo biloba y té verde.