



Para mais informações:
www.thrombosisireland.ie

CARTÃO DE ALERTA SOBRE COÁGULO

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

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 nas pernas, ou panturrilha
- Sensação de queimação ou vermelhidão na perna
- 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 está no grupo de alto risco listado ao lado
- Ande e mova-se o máximo possível
- Beba bastante líquidos
- Se for indicado para usar meia de compressão ou medicamentos para a prevenção, ou tratamento de um coágulo, siga as instruções corretamente.
- Lembre-se, coágulos podem se formar em até 90 dias após internações hospitalares.
- 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 VOCÊ:

- Estiver internado ou em até 90 dias após ter ido para casa
- Tiver câncer ou estar recebendo tratamento contra o câncer.
- Estiver grávida ou deu à luz um bebê há menos de 6 meses.
- Estiver imobilizado (há mais de 3 dias de cama / viajar por mais de 6 horas seguidas sem paradas / estar com a 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.