

+ Recomendaciones para pacientes que tienen que administrarse heparina de bajo peso molecular +

Las **heparinas de bajo peso molecular** se utilizan para prevenir y tratar la trombosis (formación de coágulos o trombos en sangre).

Con esta información que se le proporciona, se pretende fomentar el autocuidado, así como conseguir que tenga los conocimientos suficientes para la administración de la heparina.

La heparina de bajo peso molecular se administra mediante inyección subcutánea, generalmente una vez al día. Apenas presenta interacciones con otros medicamentos y tampoco interacciona con alimentos.

No olvide informar que está en tratamiento con heparina cuando vaya a ser sometido a una intervención quirúrgica, le prescriban nuevos medicamentos o acuda a la consulta del cirujano, podólogo, dentista. La heparina es un anticoagulante y puede producir hemorragias.

Recomendaciones generales para realizar una adecuada inyección:

La heparina de bajo peso molecular viene ya cargada en una jeringuilla, preparada para su administración. La enfermera le enseñará a ponérsela correctamente. Siga estas indicaciones:

1. Prepare todo el material. Lave sus manos adecuadamente con agua y jabón y desinfecte la zona de punción con alcohol.
2. Saque la jeringa del envoltorio, **no** purgar, es decir no eliminar la burbuja de aire que hay en la jeringa.
3. Generalmente la zona de administración es en el abdomen, en una zona donde haya grasa; si no pudiera, por estar embarazada o por cirugía reciente en esa zona, puede administrar la heparina en la cara externa del brazo o en la parte anterior del muslo.
4. No debe pincharse cerca de un lunar, cicatriz, zona endurecida, enrojecida y evitar la zona central del abdomen, y los pinchazos deben estar separados entre sí un par de dedos.
5. Puede tomar como referencia el ombligo, hacer una línea imaginaria y pinchar debajo de esa línea.
6. Debe pincharse estando sentado.
7. Con una mano sujete la jeringa y con los dedos pulgar e índice de la otra coja un pliegue de la piel.
8. Sin soltar el pellizco, introduzca toda la aguja perpendicularmente a través del pliegue cutáneo.
9. Introduzca toda la medicación lentamente presionando el émbolo de la jeringa.

10. Retire la aguja y presione con la palma de la mano abierta.
11. Deposite la aguja y jeringa en un depósito adecuado (consulte el punto SIGRE de su farmacia).
12. En las zonas de inyección suele aparecer un hematoma, no se alarme.

Importante: Tiene que consultar con su médico o acudir al hospital si sus encías o nariz sangran durante tiempo excesivo, si tuviera heridas que sangran más de lo habitual o durante mucho tiempo y no puede controlarlo, si orina con sangre o si sus deposiciones tienen sangre o son negras y con un olor pestilente y si presenta muchos hematomas.