ZEAA BIDEZKO TRATAMENDUAN DAUDEN PAZIENTEAK HEMATOLOGIATIK LEHEN MAILAKO ARRETARA BIDERATZEA

Dakizunez, ahotik hartzeko tratamendu antikoagulatzailea jasotzen ari zara, zuzeneko ekintzako ahozko antikoagulatzaile batekin (ZEAA), eta egunero hartu behar duzu.

Hilabete batzuetan, Hematologiako kontsultan kontrolatu zaitugu, tratamendua behar bezala betetzen dela egiaztatzeko, dosifikazio egokia ziurtatzeko, ZEAAren tolerantzia ona egiaztatzeko, kontrako gertaerarik edo konplikaziorik ez izateko, eta profil kliniko orokorraren egonkortasuna egiaztatzeko (bereziki giltzurrun- eta gibel-funtzioa, odoljariorik eza edo interakzio garrantzitsuak).

Bisita guztietan zuri eta/edo senitarteko edo zaintzaile nagusiari gogorarazi zaizkizu sendagai horiekin kontuan hartu beharreko hezkuntza-pautak edo jarraibideak.

Zure egoera klinikoaren prestakuntza eta egonkortasun egokia zentzuz ziurtatu ondoren, alta emango dizugu ZEAAen jarraipenerako gure kontsultan. Honako ohar hauek jakin behar dituzu:

1. Jarraipena Lehen Mailako Arretako taldeak egingo du.
2. Jarraipen horren aldizkakotasuna Lehen Mailako Arretak adieraziko dizu (gutxienez urtean behin edo bitan, eta maizago ZEAAen tratamendua alda dezakeen inguruabarren bat gertatzen bada).
3. Bisita bakoitzean, Lehen Mailako Arretako lantaldearekin hauek hitz egin:
   - Tratamendua hartzean izan daitezkeen ahazteak. Atxikidura egiaztatuko da (medikazioa hartzen baduzu), eta neurri osagarriak baloratuko dira, behar izanez gero behar bezala hartzen duzula bermatzeko (asteko pastilla-ontziak, mugikorretarako gogorarazteko aplikazioak...)
   - Azken bisitatik ospitaleratu behar izan baduzu edo beste gaixotasunen bat diagnostikatu badizute.
   - Tronboenbolia-konplikazioren bat izan baduzu (iktusa, enboliak, tronbosia...)
   - Odoljariorik izan baduzu (sudurretik, gernutik, eginkarietatik... odola atera bazaizu), eta, behar izanez gero, prebentzio-neurriak hartuko dira.

- Antikoagulatzailea hartzearekin lotzen duzun beste edozein efektu nabaritu baduzu, beste doikuntzaren bat behar baduzu edo antikoagulatzailea aldatu behar baduzu ere.
- Tratamenduren bat hasi edo eten baduzu, interakzioak eta dosiak doitzeko beharra edo antikoagulatzaile-aldaketak baztertzeko.
- Duela gutxiko pisua eskatuko zaizu, antikoagulatzailearen dosia baldintzatu baitezake.
- Aurretiazko analitika bat egingo zaizu (behintzat, gibelaren, giltzurrunaren eta hemogramaren egoera egiaztatzeko probak barne hartuko ditu, anemia ezezaguna edo handitua baztertzeko eta plaketen zenbaketa jakiteko).
- Bisita guztietan, kontsultatu nahi duzun edozein zalantza edo galdera argituko zaizu.

4. Informazio horrekin guztiarekin (adina barne, batzuetan 80 urtetik gorakoak direnean dosiak aldatu behar baitira), dosiak doitzeko eta tratamendu antikoagulatzailea aldatzeko beharra balioetsiko da, eta hura aldi baterako edo modu iraunkorrean mantentzeko edo eteteko arriskua/onura ebaluatuko da.
5. Gorde ezazu hematologiako lehen kontsultan eman zitzaizun hezkuntza-pauten edo jarraibideen liburuxka, eta kontsultatu behar duzun guztietan. **EZ** ahaztu tratamendu antikoagulatzaile bat duzula eta **BETI** gogoratu beharko duzu, 5-7 egun lehenago gutxienez, odolusteko arriskua duen prozedura bat behar duzunean (kolonoskopia, gastroskopia, ebakuntza kirurgikoak...) edo Larrialdietara bazoaz (kasu horretan, hartzen ari zaren antikoagulatzailea gogoratzeaz gain, azken dosia zer ordutan hartu zenuen adierazi beharko duzu).
6. Lehen Mailako Arretako taldeak beharrezkotzat jotzen badu, Hematologiarekin kontsultatuko duzu Kontsultarteko **EZ presentzial**aren bidez, gure Zerbitzuak beste balioespen edo balorazio bat egin beharko balu ere.

OHIKO GALDERAK

1. **Dieta aldatu behar dut?**

   Ez. EZZAen eragina ez da aldatzen elikagaien ondorioz.

2. **Konprimatua zatitu al dezaket?**

   Ez. Ezin baita ziurtatu dosi zehatza hartuko duzunik.

3. **Konprimatua birrindu al dezaket?**

   Bai, konprimatuak badira. Ez, Dabigatran bada, kapsulak direlako.

4. **Zer alde dago ZEAAen eta Sintrom®-en artean?**

   ZEAA hartuta, ez da beharrezkoa aldizkako kontrolik egitea efektua neurtzeko.

   Dosia finkoa da eta egonkortasun antikoagulatzaile handiagoa du.

5. **Zer gertatzen da hartualdi bat ahazten badut?**

   Dosi bat hartzea ahaztu bazaizu, hartu gogoratzen zarenean.

   12 orduan behin hartuko dituzun ZEAAetan 6 orduko tartea dago. Segurtasun-tarte hori igarota, hartualdia galdutzat jo eta hurrengoa dagokizunean hartu.

   Apixaban eta Dabigatran-i dagokionez, akats bategatik bi pilula batera hartzen badira, hartualdi bat ez hartu. 24 orduan behin hartuko dituzun ZEAAetan 12 orduko tartea dago. Segurtasun-tarte hori igarota, hartualdia galdutzat jo eta hurrengoa dagokizunean hartu.

   Inoiz ez hartu dosi bikoitzik ahaztutako dosia konpentsatzeko.

6. **Har al dezaket beste medikamenturik?**

   ZEAAek ez dute ia interakziorik beste farmako batzuekin. Hala ere, edozein tratamendu-aldaketa jakinaraztea. Minik izanez gero, gomendatzen da Aspirina® eta antiinflamatorioak ez hartzea, betiere medikuarekin kontsultatu gabe, parazetamola edo metamizola (Nolotil®) har zenezake.

7. **Bateragarria al da haurdunaldiarekin eta edoskitzearekin?**

   Ez. Ez da gomendatzen haurdunaldian eta edoskitzaroan erabiltzea.

8. **Kirola egin dezaket?**

   Pazientearen profilaren arabera gomendatzen da kirola egitea.

   Ez da gomendatzen kontaktuko kirolak edo ariketa bortitzak egitea.

9. **Zuzeneko ekintzako ahozko antikoagolatzaileek antidotorik ba al dute?**

   Gaur egun, Dabigatran-erako badago antidotoa (haren eragina indargabetzen duen sendagaia) Osakidetzan eskuragarri.

   Gainerakoentzat, aukera terapeutikoak daude haien eraginari aurre egiteko.

10. **Pastilla-ontzian jar daitezke?**

    Bai, baina Dabigatran-i dagokionez, ez da bilgarritik atera behar.