



ASEPEYO



**Pautas de prevención
de la trombosis venosa**

Técnica de la administración de la heparina

- 1.** Retirar la funda protectora y comprobar que la dosis es la prescrita por su médico.



- 2.** No se debe eliminar la burbuja de aire que contiene la jeringa.



- 3.** La inyección se aplica en el abdomen. Alterne el lado derecho con el izquierdo.



- 4.** Desinfecte la zona con alcohol.



- 5.** Con los dedos índice y pulgar, pellizque delicadamente un grosor adecuado de piel.



- 6.** Introduzca la aguja verticalmente, en toda su longitud, a través del grosor de la piel o el pliegue cutáneo.



- 7.** Mantenga cogido el pliegue cutáneo durante toda la inyección. Inyecte lentamente el contenido de la jeringuilla.



- 8.** No friegue la zona después de la inyección, ya que podría salir un hematoma.



- 9.** Una vez administrada la inyección, aleje la aguja de sí mismo y de otras personas. Active el dispositivo de seguridad, presionando el émbolo de la jeringa. La funda cubrirá la aguja y se oírá un *click* que activa el dispositivo.

Calendario de administración

Siga estrictamente las indicaciones de su médico y recuerde que la heparina de bajo peso molecular se debe administrar cada día, durante el período establecido por su médico.

Período del

/ / a / /

Pautas de prevención de la trombosis venosa

1. Intente no estar sentado durante mucho rato.



2. Evite la postura de piernas cruzadas.

3. Al acostarse, procure mantener las piernas más elevadas que el resto del cuerpo.



4. Procure no estar mucho tiempo de pie, sin ir a estirar las piernas.

5. La obesidad y el consumo del tabaco propician la trombosis venosa.



6. Siga la pauta del tratamiento que le prescriba su médico.



Consúltenos si tiene alguno de los síntomas siguientes:

- . Aparición de dolor y/o inflamación de las piernas sin causa aparente
- . Aparición de hormigueo o cambio de coloración en las piernas
- . Fiebre
- . Dolor en el tórax, dificultad para respirar, pérdida de conocimiento, aparición de sangre al toser (en el esputo)



ASEPEYO

MUTUA DE ACCIDENTES DE TRABAJO
Y ENFERMEDADES PROFESIONALES
DE LA SEGURIDAD SOCIAL N° 151

Urgencias 24 h

900 151 000

Servicio de Atención
al Usuario

902 151 002