

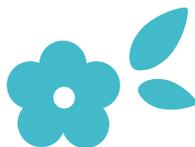
## Y-a-t'il également un risque de phlébite ou d'embolie pulmonaire chez mes enfants ?

La thrombose veineuse n'est pas une maladie génétique. Dans de rares cas la phlébite ou l'embolie pulmonaire sont liées à une anomalie génétique familiale de la coagulation. Si vous avez connaissance d'antécédents familiaux de thrombose, informez votre médecin.

## Soins dentaires ou petite chirurgie... que faire ?

En cas d'extraction dentaire, d'endoscopie, d'infiltration, de ponction biopsie ... Plusieurs jours avant le geste, informez votre médecin ou votre dentiste, que vous êtes sous traitement anticoagulant.

## Pour les femmes... quelle contraception est autorisée ?



Une contraception contenant des oestrogènes doit être interrompue. Les méthodes mécaniques sont toujours autorisées (préservatifs).

Votre médecin ou votre gynécologue peuvent vous prescrire certaines pilules.

Le stérilet peut augmenter le risque hémorragique lié au traitement anticoagulant. Il est préférable de ne pas débiter une grossesse sous traitement anticoagulant en raison d'un risque de malformation du fœtus.



## Quelles précautions en cas de grossesse ?

Une grossesse n'est pas contre-indiquée mais doit être programmée car il faut remplacer dès le début de la grossesse les anticoagulants oraux par des anticoagulants injectables.

---

Fiche élaborée par les Groupes de Travail "Maladie Thrombo-embolique Veineuse" et "Education Thérapeutique du Patient" de la Société Française de Médecine Vasculaire.

POUR L'INFORMATION DES PERSONNES AYANT UNE MALADIE THROMBO-EMBOLIQUE VEINEUSE. OCTOBRE 2014

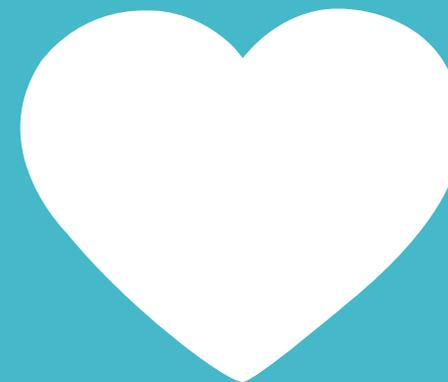
Sources : HAS : <http://www.has-sante.fr> ANSm : <http://www.ansm.sante.fr> CrEPVALGrANTED : <http://granted.ujf-grenoble.fr>

---

Ce document vous est proposé par la Société Française de Médecine Vasculaire



# Vous & Votre TRAITEMENT ANTICOAGULANT ET VIE QUOTIDIENNE



# MA VIE QUOTIDIENNE, avec un traitement anticoagulant pour une thrombose veineuse (phlébite) ou une embolie pulmonaire



## Dois-je modifier mon hygiène de vie ?

Une activité physique est conseillée (marche, natation) mais le traitement anticoagulant exposant à des risques de saignement, on conseille d'éviter tout sport avec risque de traumatisme. N'hésitez pas à demander l'avis de votre médecin.

**ON DOIT POUVOIR "VIVRE NORMALEMENT" AVEC UN TRAITEMENT ANTICOAGULANT AVEC UN MINIMUM DE PRÉCAUTIONS.**

## Dois-je modifier mon alimentation ?



Ne modifiez pas vos habitudes alimentaires, veillez simplement à avoir une alimentation saine et variée. L'alcool est à consommer modérément.

## Et si j'ai besoin d'autres médicaments ?

Il faut demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien. Car il ne faut pas prendre de nouveau médicament y compris de phytothérapie, sans un avis médical ou du pharmacien. En effet des interactions sont possibles avec soit un risque hémorragique soit un risque de récurrence de thrombose.

**EN CAS DE DOULEURS OU DE FIÈVRE :  
VOUS POUVEZ PRENDRE  
DU PARACÉTAMOL MAIS VOUS NE POUVEZ  
PAS PRENDRE D'ASPIRINE OU  
DE MÉDICAMENTS ANTI INFLAMMATOIRES.**

## Que faire en cas de saignement ?

En cas de saignement, appelez rapidement un médecin :

- Saignements du nez, des gencives ou hémorragie conjonctivale (œil rouge)
- Hématomes spontanés
- Présence de sang dans les urines ou dans les selles
- Vomissements ou crachats sanglants
- Selles noires

- Saignements qui ne s'arrêtent pas
- Fatigue inhabituelle, essoufflement anormal, mal de tête ne cédant pas au traitement, pâleur inhabituelle.

## Pourquoi faut-il porter une compression veineuse quand on a fait une thrombose veineuse (phlébite) ?

Au début, la compression va permettre de réduire l'œdème et de soulager la douleur. Au delà, elle peut éventuellement se discuter pour éviter les complications à long terme au niveau de la peau (au maximum ulcère de jambe).



## Et si j'envisage un long voyage ?

Les voyages sont autorisés. Si vous venez de faire une phlébite ou une embolie pulmonaire, demandez l'avis de votre médecin. Avant le voyage, en particulier à l'étranger, prévoyez une quantité suffisante de médicaments pour la durée du séjour. En cas de décalage horaire, calquez les prises sur l'horaire local.

Munissez-vous des comptes-rendus médicaux, de l'ordonnance, des derniers résultats biologiques et des coordonnées du médecin qui vous suit.

Au cours des trajets : marchez, au moins 20 pas, toutes les deux heures, buvez suffisamment et portez votre compression si besoin.

Faites régulièrement des mouvements de flexion extension des chevilles.