

(French : Thrombocytopenia)

La thrombocytopénie : quand vous manquez de plaquettes sanguines

Les plaquettes sont des cellules sanguines qui facilitent la coagulation du sang. La thrombocytopénie est généralement une condition temporaire provoquée par un traitement par chimiothérapie et/ou par rayonnement. Vos plaquettes atteindront leur niveau le plus bas (le nadir) entre 7 et 14 jours après la chimiothérapie. Si vos plaquettes descendent en dessous d'un certain seuil, vous devenez exposé aux hémorragies et aux contusions.

Appelez immédiatement votre médecin en cas de :

- ✓ *Gros mal de tête*
- ✓ *Problème de vision*
- ✓ *Confusion*
- ✓ *Nouvelle hémorragie ou saignement ininterrompu de la bouche, du nez, du vagin, du rectum ou de l'urètre*
- ✓ *Urine rouge ou rose.*
- ✓ *Selles noires ou sanglantes*
- ✓ *Nouvelle contusion*
- ✓ *Nouvelles taches rouges sur votre peau (pétéchies)*

Comment arrêter un saignement du nez : **Tenez-vous l'arête du nez pendant au moins 10 minutes. Vous pouvez aussi utiliser un sac de glace. Le saignement ne s'arrête pas ? Présentez-vous en salle d'urgence.**

Pour arrêter le saignement : Posez un tissu propre sur la section concernée et pressez pendant au moins 10 minutes. Le saignement ne s'arrête pas ? Présentez-vous en salle d'urgence.

Ce qu'il faut faire :

- Utilisez seulement un rasoir électrique.
- Portez des souliers fermes ou des pantoufles quand vous n'êtes pas au lit.
- Traitez la partie périnéale avec douceur au moyen d'un bain de siège ou d'un flacon pulvérisateur. Séchez avec des petits tapotements.
- Protégez votre peau du soleil.
- Buvez beaucoup de liquides.
- Prévenez la constipation.
- Pour les rapports sexuels, utilisez un lubrifiant soluble dans l'eau. Évitez les rapports sexuels si vos plaquettes sont à un niveau très bas.
- Mouchez-vous doucement le nez.
- Portez des gants pour changer les couches de bébés, les corvées domestiques et le jardinage.
- Portez des gants de cuisine isolants pour faire la cuisine.
- Ne prenez que du Tylenol (paracétamol), en cas de besoin.
- Dites à TOUS vos médecins qu'il se peut que vous ayez une carence en plaquettes.

Ce qu'il ne faut pas faire :

- Pas de sports de contact.
- Évitez de vous couper ou de vous heurter.
- Pas de lavements, de suppositoires ou de prises de température par voie anale.
- Pas d'intervention dentaire ou d'opération chirurgicale non urgente.
- Pas d'alcool.
- Pas de vêtements collants.
- Pas d'injections vaginales ou de tampons hygiéniques (utilisez plutôt des serviettes hygiéniques).
- Pas d'aspirine ou de médicaments anti-inflammatoires non stéroïdiens tels que Motrin, Advil, Aleve, Indocin ou Naprosyn.
- Pas de manucure ou de pédicure.