

(Russian: Thrombocytopenia)

Тромбоцитопения: Что делать при низких показателях тромбоцитов

Тромбоциты – это клетки крови, помогающие ей свёртываться.

Тромбоцитопения обычно представляет собой временное явление, вызываемое химиотерапией и/или облучением. Показатели тромбоцитов достигают самого низкого уровня примерно через 7 – 14 дней после начала курса химиотерапии. Когда показатель тромбоцитов падает ниже определённого уровня, вы подвергаетесь риску возникновения кровотечений и кровоподтёков.

Безотлагательно свяжитесь с врачом, если у вас появились следующие симптомы:

- ✓ *Сильная головная боль*
- ✓ *Ощущение «пелены перед глазами»*
- ✓ *Дезориентированность*
- ✓ *Открывшееся или продолжающееся кровотечение изо рта, из носа, влагалища, прямой кишки или уретры*
- ✓ *Красная или розовая моча*
- ✓ *Чёрный или кровавый стул*
- ✓ *Свежие кровоподтёки*
- ✓ *Новые маленькие красные пятнышки на коже (точечное кровоизлияние)*

Как остановить кровотечение из носа. Зажмите переносицу как минимум на 10 минут. Можно приложить пакет со льдом. Кровотечение не прекратилось? Едьте в пункт неотложной помощи при больнице.

Как остановить кровотечение. Приложите к кровоточащей поверхности чистую ткань; плотно прижмите её как минимум на 10 минут. Кровотечение не прекратилось? Едьте в пункт неотложной помощи при больнице.

Что нужно делать:

- Пользуйтесь только электробритвой.
- Вставая с кровати, надевайте туфли или тапочки на плотной подошве.
- Соблюдайте гигиену области заднего прохода и промежности с осторожностью: принимайте сидячие ванны, пользуйтесь распылителями, вытирайтесь вымакивающими движениями.
- Защищайте кожу от солнца.
- Пейте достаточное количество жидкости.
- Проводите профилактику запоров.
- При половом сношении пользуйтесь водорастворимыми смазочными веществами. При очень низких показателях тромбоцитов половые сношения исключаются.
- Осторожно сморкайтесь.
- Пользуйтесь перчатками при перемене пелёнок, уборке дома и работе в саду.
- При готовке защищайте руки толстыми кухонными рукавицами.
- При необходимости принимайте только Tylenol.

- Сообщите ВСЕМ вашим лечащим врачам, что у вас низкий показатель тромбоцитов.

Чего следует избегать:

- Контактных видов спорта.
- Порезов и ушибов.
- Клизм, суппозиторийев и ректальных термометров.
- Стоматологических процедур или несрочных операций.
- Алкоголя.
- Тесно прилегающей к телу одежды.
- Применения спринцовок и гигиенических тампонов (пользуйтесь гигиеническими салфетками).
- Аспирина или нестероидных противовоспалительных средств, таких как Motrin, Advil, Aleve, Indocin или Naprosyn.
- Маникюра и педикюра.