

(Spanish: Thrombocytopenia)

Trombocitopenia: Cuando sus plaquetas están bajas

Las plaquetas son glóbulos que ayudan a coagular la sangre. La trombocitopenia por lo general es una afección temporal causada por la quimioterapia y/o los tratamientos de radiación. Su conteo de plaquetas llegará a su punto más bajo (nadir) aproximadamente a los 7 a 14 días después de la quimioterapia. Cuando sus plaquetas llegan a un punto debajo de un cierto nivel, usted está en más alto riesgo de sangrar y tener magulladuras.

Llame a su médico de inmediato si tiene:

- ✓ *Fuerte dolor de cabeza*
- ✓ *Visión nublada*
- ✓ *Confusión*
- ✓ *Hemorragia nueva o que no para de la boca, la nariz, la vagina, el recto o la uretra.*
- ✓ *Orina roja o rosada.*
- ✓ *Heces negras o con sangre.*
- ✓ *Nuevas magulladuras.*
- ✓ *Nuevas marcas rojas y pequeñas en la piel (petequias).*

Para parar una hemorragia nasal: Apriete el puente de la nariz durante 10 minutos por lo menos. También puede usarse una bolsa de hielo. Si sigue sangrando después de esto, vaya a la sala de emergencia.

Para parar otro tipo de hemorragia: Ponga una tela limpia en la zona de la hemorragia y presione durante 10 minutos por lo menos. Si sigue sangrando después de esto, vaya a la sala de emergencia.

Qué debe hacer:

- Use afeitadora eléctrica solamente.
- Use zapatos o zapatillas sólidos cuando esté fuera de la cama.
- Límpiase con suavidad la zona perianal con baños de asiento o con pulverizador de agua, séquese con golpecitos suaves.
- Proteja la piel del sol.
- Beba líquidos en abundancia.
- Prevenga el estreñimiento.
- Para el contacto sexual, use un lubricante soluble en agua. Si las plaquetas están muy bajas, se debe evitar el contacto sexual.
- Suénese la nariz con suavidad.
- Use guantes para cambiar pañales, limpiar la casa y trabajar en el jardín.
- Use manoplas gruesas para cocinar.
- Tome solamente Tylenol, si es necesario.
- Dígalos a TODOS sus médicos que es posible que usted tenga bajo nivel de plaquetas.

Qué debe evitar:

- Deportes de contacto.
- Cortarse o golpearse.
- Enemas, supositorios y termómetros en el recto.
- Trabajos dentales o cirugía electiva.
- Alcohol.
- Ropas ajustadas.
- Duchas vaginales y tampones (use toallas higiénicas o compresas).
- Medicamentos como aspirina o antiinflamatorios no esteroideos como Motrin, Advil, Aleve, Indocin o Naprosyn.
- Trabajos de manicura o pedicura.