

Que faire en cas de faible taux plaquettaire

Une plaquette est un type de cellule sanguine qui contribue à la formation de caillots de sang et arrête les saignements en cas de blessure. Si vous présentez un faible taux plaquettaire, on parle de « **thrombocytopénie** ». Cela peut vous rendre susceptible d'avoir des ecchymoses (bleus) ou des saignements. Vous pourriez aussi avoir des douleurs articulaires ou musculaires.



Quelles sont les causes du faible taux plaquettaire ?

De nombreuses choses peuvent causer un faible taux plaquettaire, notamment :

- le traitement du cancer, comme la chimiothérapie ou la radiothérapie ;
- certains cancers, comme la leucémie et le lymphome ;
- les problèmes de la santé qui touchent la moelle osseuse ;
- d'autres troubles de la santé, comme le lupus, la cirrhose ou l'hépatite ;
- les infections, notamment celles au virus d'Epstein-Barr et au VIH (virus de l'immunodéficience humaine) ;
- certains médicaments, comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), l'aspirine et certains antibiotiques.



Quels sont les signes et symptômes du faible taux plaquettaire ?

Les signes et symptômes courants d'un faible taux plaquettaire incluent :

- un saignement sans cause apparente ;
- plus d'ecchymoses que d'habitude, ou des ecchymoses plus graves ;
- de petits points rouges ou violets sur la peau (pétéchies) ;
- un saignement menstruel plus important que les règles habituelles.



Comment traite-t-on un faible taux plaquettaire ?

Le traitement dépend de la cause du faible taux plaquettaire et peut inclure :

- une transfusion de plaquettes ;
- un changement de traitement ou un arrêt temporaire du traitement, s'il en est la cause ;
- un traitement ciblant le problème de santé à l'origine ;
- des médicaments ou des interventions visant à arrêter le saignement.



Que pouvez-vous faire en cas de faible taux plaquettaire ?

Si votre taux plaquettaire est faible, vous pouvez contribuer à la prévention des problèmes liés aux saignements.

- Évitez les activités qui peuvent entraîner une blessure, une glissade ou une chute.
- Utilisez une brosse à dents souple. Demandez à votre équipe de soins du cancer si vous pouvez utiliser de la soie dentaire.
- Utilisez un rasoir électrique (au lieu d'une lame de rasoir).
- Portez toujours des chaussures lorsque vous êtes à l'extérieur.
- Faites particulièrement attention en manipulant des objets acérés comme les couteaux.
- Utilisez un laxatif ramollissant les selles pour prévenir la constipation et les hémorroïdes.
- Ne placez rien dans votre rectum, notamment les lavements ou les thermomètres.
- Ne vous mouchez pas et ne tousez pas trop fort.
- Évitez les médicaments qui fluidifient le sang, sauf si votre équipe de soins du cancer vous dit que vous devez en prendre. Cela inclut l'aspirine et les AINS.
- Informez votre équipe soignante de tous les médicaments sur ordonnance et en vente libre que vous prenez, y compris les suppléments, les vitamines et les remèdes à base de plantes. Ils peuvent avoir un effet sur le sang.



Quand parler à votre équipe de soins du cancer ?

Informez votre équipe de soins si vous présentez :

- des saignements du nez ou des gencives, ou du sang dans les selles ou l'urine ;
- des vomissements brun foncé ou rouge vif ;
- des selles rouges ou noires ;
- des vertiges, des étourdissements ou des pertes d'équilibre.



Quand appeler le 911 ou se rendre aux urgences ?

Appelez le 911 ou allez aux urgences si vous présentez :

- de forts maux de tête ou une vision trouble ;
- un saignement continu ;
- une confusion nouvelle ou qui empire ;
- une chute ou un choc à la tête pendant que votre taux plaquettaire est bas.



Pour en savoir plus et pour obtenir de l'aide, consultez le site de l'American Cancer Society : cancer.org/french ou appelez-nous au numéro **1-800-227-2345**. Nous sommes là pour vous.