

O que fazer em caso de baixa contagem de plaquetas

A plaqueta é um tipo de célula sanguínea que ajuda o sangue a coagular e a estancar o sangramento quando você se machuca. Se você tem poucas plaquetas, isso é chamado de **trombocitopenia**. Essa condição pode fazer com que você tenha hematomas ou sangue facilmente. Você também pode ter dores nas articulações ou nos músculos.



O que causa a contagem baixa de plaquetas?

Muitas coisas podem causar a contagem baixa de plaquetas. Entre elas estão:

- Tratamento do câncer, como quimioterapia ou radioterapia
- Certos tipos de cancer, como leucemia e linfoma
- Distúrbios que afetam a medula óssea
- Problemas de saúde como lúpus, cirrose ou hepatite
- Infecções, como o vírus Epstein-Barr e o HIV
- Medicamentos, como anti-inflamatórios não esteroides (AINESs), aspirina e alguns atibióticos



Quais são os sinais e sintomas de contagem baixa de plaquetas?

Alguns sinais e sintomas comuns de contagem baixa de plaquetas são:

- Sangramento sem motivo aparente
- Mais hematomas ou hematomas mais graves do que o normal
- Pequenos pontos vermelhos ou roxos na pele (petéquias)
- Sangramento menstrual mais intenso do que o normal



Como é tratada a contagem baixa de plaquetas?

O tratamento de contagem baixa de plaquetas depende da causa. O tratamento pode incluir:

- Transfusão de plaquetas
- Mudança ou interrupção do tratamento, se for essa a causa
- Tratamento de um problema de saúde, se for essa a causa
- Certos medicamentos ou procedimentos para estancar o sangramento.



O que você pode fazer para ajudar a controlar a contagem baixa de plaquetas?

Se sua contagem de plaquetas estiver baixa, você pode ajudar a prevenir problemas de sangramento.

- Evite fazer coisas que possam causar ferimentos, escorregões ou quedas.
- Use uma escova de dentes macia. Pergunte à sua equipe de tratamento do câncer se você pode usar fio dental.
- Use um barbeador elétrico (não uma lâmina de barbear).
- Use sempre sapatos quando estiver ao ar livre.
- Tenha muito cuidado com objetos pontiagudos, como facas.
- Use um laxante para ajudar a prevenir a constipação e hemorróidas.
- Não coloque nada no reto (como clísteres ou termômetros).
- Não assoe o nariz nem tussa com força.
- Evite medicamentos que afinam o sangue, a menos que sua equipe de tratamento do câncer diga que você precisa tomá-los. Isso inclui aspirina e AINEs.
- Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre todos os medicamentos prescritos e sem prescrição médica que você está tomando. Além disso, informe-os sobre quaisquer suplementos, vitaminas ou ervas que você esteja usando. Eles podem afetar o sangue.



Quando conversar com sua equipe de tratamento do câncer

Converse com sua equipe de tratamento do câncer se você:

- Tiver sangramento pelo nariz ou gengivas, ou sangue nas fezes ou na urina
- Tiver vômito marrom escuro ou vermelho vivo
- Tiver fezes vermelhas ou pretas
- Estiver tonto, com vertigens ou desequilíbrio



Quando ligar para o 911 ou ir ao pronto-socorro

Ligue para o 911 ou vá ao pronto-socorro se você:

- Tiver dores de cabeça intensas ou visão turva
- Tiver sangramento que não para
- Tiver confusão mental nova ou agravada
- Cair ou bater com a cabeça enquanto suas plaquetas estiverem baixas



Para obter mais informações e apoio, visite o site da American Cancer Society em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.