

# Что делать при уменьшении количества тромбоцитов

Тромбоциты — это такой тип клеток крови, который помогает крови свёртываться и останавливать кровотечение при травмах. Если у вас уменьшение количества тромбоцитов, то это носит название **«тромбоцитопения»**. При таком состоянии легко могут появляться синяки или кровотечения. У вас могут быть также суставные или мышечные боли.



## В чём причины уменьшения количества тромбоцитов?

Уменьшение количества тромбоцитов могут вызывать многие факторы. К ним относятся:

- лечение рака, такое как химиотерапия или лучевая терапия
- определённые типы рака, такие как лейкемия (лейкоз) и лимфома
- нарушения, затрагивающие костный мозг
- такие проблемы со здоровьем, как волчанка, цирроз и гепатит
- инфекции, такие как вирус Эпштейна — Барр и ВИЧ
- лекарственные препараты, такие как нестероидные противовоспалительные средства (НПВС), аспирин и некоторые антибиотики



## Каковы признаки и симптомы уменьшения количества тромбоцитов?

Некоторыми типичными признаками и симптомами уменьшения количества тромбоцитов являются следующие:

- кровотечение по неизвестной причине
- синяки больше или хуже, чем обычно
- небольшие красные или фиолетовые точки на коже («петехии»)
- менструальное кровотечение сильнее, чем при нормальной менструации



## Как лечат уменьшение количества тромбоцитов?

Лечение уменьшения количества тромбоцитов зависит от причины. Лечение может включать:

- переливание тромбоцитов
- изменение или прерывание лечения, если оно является причиной
- лечение проблемы со здоровьем, если она является причиной
- определённые лекарственные препараты или процедуры для остановки кровотечения



## Что вы можете сделать, чтобы помочь справиться с уменьшением количества тромбоцитов?

Если у вас уменьшение количества тромбоцитов, вы можете помочь предотвратить проблемы с кровотечением.

- Избегайте действий, которые могут привести к травме, а также к возможности поскользнуться или упасть.
- Используйте мягкую зубную щётку. Спросите у своей команды онкологической помощи, можно ли пользоваться зубной нитью.
- Используйте электробритву, а не бритвенное лезвие.
- Всегда обувайтесь, когда выходите на улицу.
- Будьте особенно осторожны с острыми предметами (например, с ножами)!
- Используйте слабительное средство, чтобы предотвращать запоры и геморроидальную болезнь.
- Ничего не вводите в прямую кишку (вроде клизм или термометров)!
- Не сморкайтесь и не кашляйте слишком сильно!
- Избегайте лекарственных препаратов, разжижающих кровь (если только ваша команда онкологической помощи не скажет, что вам нужно их принимать). Сюда относятся аспирин и НПВС.
- Расскажите своей команде онкологической помощи обо всех рецептурных и безрецептурных препаратах, которые принимаете. Кроме того, расскажите им обо всех добавках, витаминах или травах, которые вы используете. Они могут влиять на кровь.



## Когда обращаться к своей команде онкологической помощи

Поговорите со своей командой онкологической помощи, если у вас:

- кровотечение из носа или дёсен, или же кровь в кале или моче
- тёмно-коричневая или ярко-красная рвота
- красный или чёрный кал
- головокружение, предобморочное состояние или потеря равновесия



## Когда звонить в службу «911» или обращаться в отделение неотложной помощи

Звоните «911» или обращайтесь в отделение неотложной помощи, если у вас:

- сильные головные боли или нечёткое зрение
- кровотечение, которое не останавливается
- новая или усугубившаяся спутанность сознания
- падение или удар головой на фоне уменьшения количества тромбоцитов



Для получения дополнительной информации и поддержки посетите веб-сайт American Cancer Society по адресу [cancer.org/russian](https://cancer.org/russian) или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы здесь, когда нужны вам!

