

## Problemas de Sangrado

Algunos tipos de cáncer y tratamientos contra el cáncer pueden causar una reducción de las plaquetas en su sangre. Las plaquetas son células que se agrupan para formar coágulos que detienen el sangrado cuando usted se lastima. No tener suficientes plaquetas lo coloca en mayor riesgo de tener hematomas o sangrados, aún sin haberse lastimado.

### ¿Qué debo hacer si tengo plaquetas bajas?

- Utilice un cepillo de dientes de cerdas ultra suaves.
- Suéñese la nariz delicadamente con pañuelos de papel suaves. Su médico podría pedirle que no se suene la nariz.
- Tenga mucho cuidado para evitar cortes o pinchazos cuando utilice agujas, cuchillos, tijeras o herramientas.
- Cambie a una rasuradora eléctrica para evitar el riesgo de cortes al afeitarse.
- Proteja sus manos con guantes cuando trabaje en el jardín.
- Extreme las precauciones cerca de fuentes de calor como planchas, estufas, parrillas y almohadillas térmicas.
- Informe a su médico si está constipado. El profesional le puede recomendar un ablandador de heces de ingestión oral. Evite hacer esfuerzos para defecar.

### ¿Qué debería evitar?

- No utilice hilo dental o mondadientes.
- No se apriete los granos ni las ampollas.
- No practique deportes que lo pongan en riesgo de lesionarse.
- No coloque nada en su recto, ya sea un termómetro o un medicamento.
- No use tampones. Utilice toallas para la higiene femenina.

### Hable con su médico

- Pregúntele si es seguro para usted tomar aspirina o productos que la contengan. La aspirina interfiere con la capacidad de las plaquetas de detener el sangrado. Por lo general no debería utilizarse si su recuento de plaquetas es bajo.

- Pregunte si es seguro que utilice analgésicos como el ibuprofeno y el naproxeno (productos como Aleve®, Advil®, Motrin®). El paracetamol (Tylenol®) suele ser seguro si su recuento de plaquetas es bajo, pero pregunte primero.
- Dígales todas las vitaminas, suplementos de hierbas y medicamentos de venta libre que toma.
- Consulte antes de beber alcohol.

**Hable con su médico o enfermero antes de tomar cualquier medicamento, vitamina o hierbas.**

### ¿Cómo se tratan los problemas de sangrado?

- Es posible que le hagan análisis de sangre más frecuentes para controlar la cantidad de plaquetas en la sangre.
- Su tratamiento de quimioterapia puede retrasarse mientras su cuerpo construye plaquetas.
- El médico puede recetar una transfusión de plaquetas para aumentar su nivel.

### ¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Llámelo si desarrolla alguno de estos síntomas:

- Heces negras o con sangre
- Sangrado en las encías
- Sangre en la orina, u orina rosa o rojiza
- Cambios en la visión
- Moretones que aparecen fácilmente
- Sangrados nasales que no paran dentro de los 15 minutos
- Fuertes dolores de cabeza
- Pequeñas manchas rojas bajo la piel
- Sangrado vaginal inesperado o que dura más que su período regular

**Número del médico:** \_\_\_\_\_