

Trombocitopenia Información para usted

Las plaquetas (Plts) asisten a nuestro cuerpo en la coagulación de la sangre y ayudan a prevenir el sangrado. La trombocitopenia se produce cuando el recuento de plaquetas es inferior a 100,000. Un recuento normal de plaquetas es de 160,000 – 370,000.

Signos y síntomas

Es posible que no tenga síntomas a menos que el recuento de plaquetas esté muy bajo (i.e. menor de 10,000 – 20,000). Estos pueden incluir:

- Hematomas/moretos
- Sangrado de las encías
- Petequias (pequeñas manchas rojas bajo la piel – como pecas)
- Heces negras o alquitranosas
- Sangre en la orina (de turbia a rosa o roja)
- Sangrado de la nariz

Lo que debe hacer

- Use un cepillo de dientes suave y evite el uso de seda dental
- Evite el uso de una cuchilla cuando se rasure
- Suéñese la nariz con mucho cuidado
- Use un spray nasal de solución salina o vaselina para mantener hidratadas las fosas nasales
- Evite el estreñimiento. Use ablandadores de heces (*stool softeners*), consuma una dieta rica en fibra, y beba mucho líquido
- Evite tomar aspirina y productos que contengan aspirina
- Evite tomar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, i.e.,

ibuprofeno (Advil[®], Motrin[®]) y naproxen (Aleve[®]).

- Use acetaminofén (Tylenol[®]) para el dolor leve, ya que no afecta al funcionamiento de las plaquetas
- Evite realizar actividades que conlleven un riesgo de lesión (i.e. deportes de contacto)
- Ejercer presión sobre las áreas de extracción de sangre durante 5 minutos después de la extracción

Pautas sobre la sexualidad

- Consulte a su doctor o enfermera sobre la seguridad al mantener relaciones sexuales en lo que se refiere a los recuentos sanguíneos
- Use un lubricante soluble en agua durante las relaciones sexuales (K-Y Jelly[®]) para ayudar a reducir el trauma en los tejidos vaginales

Tratamiento

Se pueden administrar transfusiones de plaquetas (sangre) si se producen síntomas y/o si el recuento de plaquetas es inferior a 10,000 – 20,000.

Números de teléfono

Por favor, si tiene preguntas o inquietudes no dude en llamar al Dr. _____ de ___ a.m. a ___ p.m. al _____, o puede contactar a la enfermera de la clínica llamando al _____ de _____ a.m. a _____ p.m.

The English version of this Health Facts for You is #4493

Su equipo de cuidados médicos puede haberle dado esta información como parte de su atención médica. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otros miembros de su equipo de cuidados médicos cuando use esta información. Si tiene una emergencia, por favor llame al 911. Copyright © 4/2018 La Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería.
HF#4493s

Thrombocytopenia Information for You

Platelets (Plts) aid our bodies in blood clotting and help prevent bleeding. Thrombocytopenia is when the platelet count is below 100,000. A normal platelet count is 160,000 – 370,000.

Signs and Symptoms

Symptoms may not appear unless the platelet count is very low (i.e. less than 10,000 – 20,000). They may include:

- Bruising
- Bleeding, oozing gums
- Petechiae (little red spots under the skin - like freckles)
- Black tarry stools
- Blood in urine (cloudy to pink to red)
- Nose bleeds

What to Do

- Use a soft toothbrush and avoid flossing
- Avoid using a blade when shaving
- Blow your nose very gently
- Use saline nasal spray or petroleum jelly to keep nostrils moist
- Avoid constipation. Use stool softeners, eat a high fiber diet. Drink plenty of fluids.
- Avoid aspirin and aspirin-containing products
- Avoid non-steroidal inflammatory drugs, i.e., ibuprofen (Advil®), Motrin® and naproxen (Aleve®)

- Use acetaminophen (Tylenol®) for minor pain, as this does not affect how your platelets work
- Avoid activities that carry risk of injury (i.e. contact sports)
- Apply pressure to blood drawing sites for 5 minutes after blood is drawn

Sexual Guidelines

- Consult with your doctor or nurse on the safety of sexual activity as it relates to your blood counts
- Use a water-soluble lubricant during sexual intercourse (K-Y Jelly®) to help reduce trauma to the vaginal tissues

Treatment

Platelet (blood) transfusions may be given if symptoms occur and/or platelet count is less than 10,000 – 20,000.

Phone Numbers

Please feel free to call Dr. _____

_____ a.m. to ____ p.m.

at _____ or you can reach the

clinic nurses at _____ from

_____ a.m. to _____ p.m. if you have

questions or concerns.