

# Verminderte Anzahl von Blutplättchen (Thrombozytopenie)

## Information

Die Thrombozyten (Blutplättchen) spielen eine wichtige Rolle bei der Blutgerinnung. Bei einer Verringerung ihrer Anzahl im Blut (in der Regel acht bis zehn Tage nach Chemotherapie) besteht eine erhöhte Blutungsneigung. Es können punktförmige Einblutungen in Haut und Schleimhäuten (Petechien) auftreten sowie gelegentlich Nasenbluten und eine verlängerte Monatsblutung. Blutergüsse (Hämatome) und andere unklare Blutungen sind selten.

Bei sehr niedriger Thrombozytenzahl im Blut und bei Blutungszeichen wird therapeutisch eine Transfusion von Thrombozyten erwogen. Menstruationsblutungen werden medikamentös unterdrückt.

### Auf was muss ich achten?

Bei niedriger Thrombozytenzahl besteht die Gefahr von Blutungen.

### Was kann ich selbst tun?

- Beobachten Sie täglich die Haut und Mundschleimhaut auf Blutungszeichen.
- Melden Sie Petechien, Haut- und Schleimhautblutungen, Veränderung der Stuhlfarbe (Teerstuhl: dunkel braun bis schwarz), Blutbeimengungen in Urin und/oder Stuhl sowie Nasen- und Zahnfleischbluten.
- Vermeiden Sie Schnittverletzungen und verzichten Sie möglichst auf Nassrasuren, sowie Schneiden von Finger- und Fußnägeln. Benutzen Sie als Alternative eine Nagel-feile.
- Vermeiden Sie sehr enge Kleidung und Schuhe, da durch die Einschnürungen Petechien auftreten können.
- Zur Vermeidung von Nasenbluten sollten Sie die Nase nur vorsichtig schnäuzen und bei trockenen Schleim-

- häuten möglichst Nasensalbe oder Nasenöl verwenden.
- Zur Vermeidung von Blutungen im Mund nehmen Sie keine besonders harten, heißen und scharfen Speisen zu sich, und verzichten Sie auf Alkohol.
- Cremes Sie ihre Lippen ein, damit sie nicht austrocknen und die Haut nicht einreißt.
- Verwenden Sie zum Zähneputzen weiche Zahnbürsten oder wählen Sie eine sanfte Reinigung mit Mundspül-lösungen und Watteträgern. Benutzen Sie keine Zahnseide.
- Bei Thrombozytenwerten unter 10.000/µl verzichten Sie auf das Zähneputzen mit der Zahnbürste.
- Vermeiden Sie durchblutungsfördernde Maßnahmen, wie heißes Baden, Massagen oder heiße Wärmflaschen.
- Rektale Temperaturmessung, Einläufe und Suppositorien (Zäpfchen) sollten wegen der Gefahr der Schleimhaut-verletzungen im Analbereich möglichst unterbleiben.
- Zur Vermeidung von Blutungen im Kopfbereich müssen insbesondere Stürze sowie starkes Pressen beim Stuhl-gang vermieden werden.
- Vermeiden Sie die selbständige Einnahme von Medika-menten wie ASS (Acetylsalicylsäure), da diese Einfluss auf die Blutgerinnung nehmen.
- Melden Sie Verletzungen und Stürze umgehend beim Pflegepersonal/Arzt.
- Wildes Toben und einige Sportarten (z.B. Fußball, Reiten) sollten wegen des hohen Verletzungsrisikos vermieden werden. Beim Fahrradfahren möglichst einen Fahrradhelm tragen.

### Wann informiere ich Pflegende/Ärzte?

- Bei auftretenden Blutungszeichen, wie Petechien, Schleimhaut-, Zahnfleisch- oder Nasenbluten.