



CANCRO  
NA FAMILIA  
— construir conhecimento



---

## **EQUIMOSSES E HEMORRAGIAS**

---

*Este folheto fala do aumento do risco de equimoses ou hemorragias, uma condição que pode surgir durante o seu tratamento de quimioterapia. Pergunte ao seu médico se deverá esperar este efeito secundário no decurso do seu tratamento.*

---

**ESTAS RECOMENDAÇÕES NUNCA DEVERÃO SOBREPOR-SE À INFORMAÇÃO DADA PELO SEU MÉDICO ONCOLOGISTA, QUE É QUEM ACOMPANHA DE PERTO O SEU CASO PESSOAL.**

---

# Risco de equimoses e hemorragias

## Baixo número de plaquetas no sangue (trombocitopenia)

A quimioterapia pode afectar a capacidade das células da medula dos ossos produzirem plaquetas.

As plaquetas são componentes do sangue que permitem estancar hemorragias, unindo as paredes lesadas de vasos sanguíneos e promovendo a formação de coágulos.

Com a diminuição do número plaquetas poderá desenvolver hemorragias ou equimoses (pisaduras) mais facilmente.

### **Se tiver trombocitopenia, pode ter os seguintes sinais. Comunique-os ao seu médico:**

- × Equimoses sem causa aparente (ex. traumatismos anteriores).
- × Pequenos pontos vermelhos por baixo da pele ou unhas.
- × Urina vermelha ou rosada.
- × Fezes muito escuras ou cor de sangue (note que as fezes escuras podem estar apenas associadas a suplementação de ferro).
- × Qualquer hemorragia das gengivas ou do nariz.
- × Dores de cabeça fortes.
- × Tonturas.
- × Um aumento de fraqueza.
- × Dor nos músculos e articulações.



O seu médico verificará regularmente a sua contagem de plaquetas no sangue. Se baixar demasiado, poderá necessitar de uma transfusão de plaquetas.

## Se tiver um número baixo de plaquetas, há alguns conselhos que podem ajudar a evitar problemas:

### Alimentos e Medicação

- ✗ Não tome nenhum medicamento antes de confirmar com o seu médico ou enfermeira. Isto inclui produtos que contêm aspirina, medicamentos anti-inflamatórios não esteróides (AINE), como Benuron<sup>®</sup>, e Ibuprofeno<sup>®</sup>, vitamina E e outros medicamentos sem receita médica. Alguns destes medicamentos podem enfraquecer as plaquetas e agravar problemas de hemorragia.
- ✗ Não beba álcool (cerveja, vinho ou licores) excepto se o seu médico disser que SIM. Ao interferir com o fígado, o álcool pode afectar a formação de coágulos.
- ✗ Beba bastantes líquidos e coma alimentos com fibras, para reduzir as hipóteses de ter prisão de ventre.
- ✗ Procure usar um laxante ou um medicamento que amacie as fezes, se sentir que faz esforço na expulsão.

### Consultas

- ✗ Fale com o seu médico ou enfermeira antes de planear ir ao dentista ou fazer qualquer pequena intervenção cirúrgica ou estética, pois há alturas próprias em que o pode e deve fazer em segurança.

### Higiene

- ✗ Use uma escova de dentes extra-macia e fale com o seu médico antes de usar fio dental.

- ✗ Se tiver um corrimento nasal abundante, assoe-se suavemente para um lenço macio.

### Objectos e Instrumentos

- ✗ Tenha cuidado para não se ferir com objectos afiados (tesouras, agulhas, corta-unhas, facas ou outros utensílios).
- ✗ Tenha cuidado para não se queimar ao passar a ferro ou cozinhar. Use uma pega em forma de luva, em vez de uma pega normal, ao utilizar o forno.
- ✗ Use luvas se jardinar, cozinhar ou fizer reparações em casa.
- ✗ Use uma máquina eléctrica de barbear em vez de uma lâmina, para prevenir cortes na pele.
- ✗ Evite supositórios, termómetros rectais, ou tampões.
- ✗ Evite roupas apertadas (ex. cintos, roupa interior ou calças).



### Estética

- × Não faça manicura, pedicura, depilação com cera ou tatuagens sem falar com o seu médico ou enfermeira.

### Postura e Actividade Física

- × Evite desportos de contacto ou outras actividades que possam causar ferimentos.
- × Quando se curvar, mantenha a cabeça acima do coração.

### Vida Sexual

- × Na actividade sexual, use lubrificante se necessário, evite sexo anal ou oral ou uma fricção exagerada.



A LEITURA DESTE FOLHETO NÃO DISPENSA O ACONSELHAMENTO PRESENCIAL E INDIVIDUALIZADO DO SEU MÉDICO ASSISTENTE

**Fontes de informação:** American Cancer Society, Sloan Kettering Cancer Center, Mayo Clinic / **Revisão científica:** Maria Rita Dionísio, Médica Oncologista, Fundação Champalimaud / **Conteúdos e produção:** Susana Lamas / **Coordenação:** Filipe Santos Silva / **Design:** [www.estudiorjdesign.com](http://www.estudiorjdesign.com) / **Ilustração:** [www.zecardoso.com](http://www.zecardoso.com) / **Edição:** Public Awareness of Cancer Unit, IPATIMUP Junho 2012 / **+ info:** [www.cancronafamilia.com](http://www.cancronafamilia.com)



HARVARD MEDICAL SCHOOL  
- PORTUGAL PROGRAM  
IN TRANSITIONAL RESEARCH AND INFORMATION



QUADRO  
DE REFERÊNCIA  
ESTRATÉGICO  
NACIONAL



COMPETE  
PROGRAMA OPERACIONAL FACTORES DE COMPETITIVIDADE



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Europeu  
de Desenvolvimento Regional



Fundação para a Ciência e a Tecnologia  
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INSTRUÇÃO SUPERIOR