American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

Что делать при низком содержании форменных элементов крови

What to Do for Low Blood Counts - Russian

Некоторые виды рака и средства его лечения могут приводить к снижению уровня одного или нескольких типов клеток крови. Низкий уровень белых кровяных телец, красных кровяных телец и тромбоцитов может вызвать такие проблемы, как инфекция, повышенная утомляемость или кровотечение. Но существуют меры, которые можно принять, чтобы защитить себя, если у вас низкое содержание форменных элементов крови.

Низкий уровень белых кровяных телец (нейтропения)

Нейтропения – это патологическое состояние, при котором в иммунной системе наблюдается низкое количество белых кровяных телец (нейтрофилов). Нейтрофилы помогают защищать нас от микробов и от заболевания. При заболевании или травме они помогают организму бороться с инфекцией или повреждением.

Низкий уровень белых кровяных телец является побочным эффектом некоторых методов лечения рака, особенно химиотерапии. Если у вас недостаточно белых кровяных телец, существует ряд мер, которые вы можете принять, чтобы защитить себя.

- Часто мойте руки. Если нет чистой проточной воды, используйте дезинфицирующее средство или влажные салфетки для рук.
- Избегайте больших толп и больных людей. При выходе на улицу надевайте маску.
- Не делитесь зубными щетками, вилками, ложками, чашками или соломинками.
- Не ешьте сырые или непастеризованные продукты, такие как молоко, сыр, йогурт, фруктовые и овощные соки.
- Спросите у своей команды онкологической помощи, какие прививки вам надо сделать и когда.

В зависимости от уровня белых кровяных телец ваша команда онкологической помощи может предложить лекарства для профилактики инфекций или для помощи организму в выработке новых белых кровяных телец.

Когда обращаться за помощью, если у вас низкий уровень белых кровяных телец:

- Температура выше 38 °C
- Озноб или потливость
- Возникшая или усиливающаяся спутанность сознания
- Боль в груди
- Затрудненное дыхание, даже в состоянии покоя
- Неспособность встать с постели более 24 часов

Низкий уровень красных кровяных телец (анемия)

Анемия – это патологическое состояние, при котором наблюдается низкое количество красных кровяных телец. Красные кровяные тельца содержат белок гемоглобин, который переносит кислород по всему телу. Низкий уровень красных кровяных телец может вызвать усталость, одышку, бледность и даже головокружение.

Низкий уровень красных кровяных телец является еще одним побочным эффектом некоторых методов лечения рака, особенно химиотерапии. Некоторые виды рака также могут вызывать анемию. Если у вас низкий уровень красных кровяных телец, существует ряд мер, которые вы можете принять, чтобы защитить себя.

- Сбалансируйте активность и отдых. Не переборщите!
- Ешьте продукты с высоким содержанием белка и железа, такие как рыба, мясо, яйца, обогащенные злаки, сухофрукты, орехи, бобовые, тофу и темные листовые овощи.

В зависимости от имеющихся у вас симптомов и причины низкого уровня красных кровяных телец ваша команда онкологической помощи может предложить переливание крови или другие лекарства.

Когда обращаться за помощью, если у вас низкий уровень красных кровяных телец:

- Возникшая или усиливающаяся спутанность сознания
- Темно-коричневая или ярко-красная рвота
- Ярко-красный, темно-красный или черный стул
- Непрекращающееся кровотечение
- Головокружение, предобморочное состояние или падение
- Боль в груди
- Затрудненное дыхание, даже в состоянии покоя
- Неспособность встать с постели более 24 часов

Низкий уровень тромбоцитов (тромбоцитопения)

Тромбоцитопения — это патологическое состояние, при котором в крови содержится низкое количество тромбоцитов. Тромбоциты — это клетки крови, которые помогают крови сворачиваться и останавливают кровотечение при травме. При низком уровне тромбоцитов у вас могут легко появляться синяки или открываться кровотечения. Кроме того, могут болеть суставы или мышцы, а в слюне, рвоте, моче или кале может появиться кровь.

Низкий уровень тромбоцитов может быть побочным эффектом некоторых видов рака, химиотерапии, лучевой терапии, определенных проблем со здоровьем или лекарственных препаратов. Если у вас низкий уровень тромбоцитов, существует ряд мер, которые вы можете принять для защиты от тяжелых кровотечений.

- Избегайте действий, которые могут привести к травмам или падениям.
- Для бритья пользуйтесь электрической бритвой, а не лезвием.
- Пользуйтесь мягкой зубной щеткой. Спросите свою команду онкологической помощи, можно ли пользоваться зубной нитью.
- Спросите о слабительном средстве, чтобы предотвратить запоры.
- Не вводите ничего в прямую кишку, например свечи, клизмы или термометры.
- Избегайте препаратов, разжижающих кровь, за исключением случая, когда ваша команда онкологической помощи скажет, что вам необходимо их принимать. К ним относятся рецептурные препараты для разжижения крови, а также аспирин и НПВС (нестероидные противовоспалительные средства), такие как ибупрофен и напроксен.
- Если у вас открылось кровотечение, сядьте, надавите на затронутое место и держите так несколько минут.
- Если вы упали и ударились головой, когда у вас очень низкий уровень тромбоцитов, обратитесь за медицинской помощью, чтобы убедиться, что нет кровоизлияния в мозг.

В зависимости от того, насколько у вас низкий уровень тромбоцитов и имеются ли у вас проблемы с кровотечением, ваша команда онкологической помощи может предложить переливание тромбоцитов или крови.

Когда обращаться за помощью, если у вас низкий уровень тромбоцитов:

- Возникшая или усиливающаяся спутанность сознания
- Темно-коричневая или ярко-красная рвота
- Красный или черный стул
- Непрекращающееся кровотечение
- Головокружение, предобморочное состояние или падение
- Неспособность встать с постели более 24 часов

Поговорите со своей командой онкологической помощи.

Не при всех видах рака или методах лечения рака бывает низкое содержание форменных элементов крови. Некоторые из них могут вызывать снижение только одного типа форменных элементов крови. Другие могут привести к снижению нескольких типов форменных элементов крови.

Спросите у своей команды онкологической помощи:

- На какие результаты лабораторных анализов следует обращать внимание и где их найти?
- Когда ожидать снижения содержания форменных элементов крови и на какой срок?
- Что означает для вас нормальный или ненормальный результат?

Для получения информации и ответов о раке, посетите веб-сайт Американского онкологического общества по адресу **cancer.org** или позвоните нам по номеру **1-800-227-2345**. Мы к вашим услугам, когда вы в нас нуждаетесь!

American Cancer Society®

cancer.org | 1.800.227.2345

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. RUS214710 Rev. 7/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity