Citopenias o recuentos bajos de glóbulos sanguíneos

Descargar Educación para pacientes

Citopenias o recuentos bajos de glóbulos sanguíneos

Los recuentos bajos de células sanguíneas (citopenias) pueden ser causados por la quimioterapia y la radioterapia. Estos tratamientos contra el cáncer se centran en las células cancerosas que se dividen rápidamente. Los tratamientos también pueden afectar a otras células que se dividen con rapidez, como las de la médula ósea. Puede experimentar un recuento bajo de glóbulos blancos (neutropenia), de glóbulos rojos (anemia) o de plaquetas (trombocitopenia). Un análisis de sangre llamado hemograma completo (CBC, por sus siglas en inglés) comprueba sus niveles de cada tipo de célula sanguínea.

Dependiendo del tipo de tratamiento, sus recuentos pueden alcanzar su punto más bajo (nadir) entre 7 y 10 días después del tratamiento. Durante este tiempo, es probable que sienta cansancio y que necesite hacer siestas o descansar más de lo habitual. Empezará a sentirse mejor cuando se recupere el recuento de células sanguíneas, aproximadamente dos semanas después del tratamiento.

Neutropenia (recuento bajo de glóbulos blancos)

Cuando el recuento de glóbulos blancos es bajo, el riesgo de infección es mayor. Su sistema inmunológico débil es más vulnerable a las infecciones.

¿Qué hacer si tiene neutropenia?

- Lávese las manos con frecuencia para evitar la propagación de infecciones. • Evite las aglomeraciones hasta que sus recuentos se hayan recuperado.
- Utilice una mascarilla si va a estar cerca de alguien enfermo.
- No programe tratamientos dentales hasta que recupere su recuento de glóbulos blancos. • Hable con su equipo médico antes de vacunarse.

Llame al médico si tiene:

- Fiebre de 38 grados o más. • Escalofríos o temblores intensos.
- Dolores nuevos y repentinos.
- Signos de neumonía, como congestión torácica y dificultad para respirar.
- Signos de infección urinaria, como sangre en la orina o dificultad para orinar.

Anemia (bajo recuento de glóbulos rojos)

Cuando el recuento de glóbulos rojos es bajo, es más difícil para el organismo hacer circular el oxígeno. Es posible que sienta cansancio, le falte el aire o tenga taquicardia. Si el recuento de glóbulos rojos es muy bajo, el médico puede recomendar una transfusión de sangre.

¿Qué hacer si tiene anemia?

- Descanse tanto como sea posible.
- Controle su ritmo para aumentar su tolerancia a la actividad.
- Dé paseos o haga otro tipo de ejercicio suave todos los días.
- Siga una dieta sana rica en proteínas magras, cereales integrales, frutas y verduras.

Llame al médico si tiene:

- Dolor en el pecho.
- Dificultad para respirar. • Debilidad intensa.
- Mareo o sensación de desmayo.

Trombocitopenia (plaquetas bajas)

Cuando su recuento de plaquetas es bajo, corre el riesgo de sufrir hemorragias. Las plaquetas ayudan a la coagulación de la sangre. Puede notar que le salen hematomas con más facilidad o que sangra por la nariz, las encías o el recto. Los cortes con papel u otras heridas tardarán más de lo normal en dejar de sangrar. Pueden aparecer en la piel pequeños puntos rojos llamados petequias.

¿Qué hacer si tiene trombocitopenia?

- Evite actividades que puedan causar lesiones. • No tome aspirina ni ibuprofeno.
- Evite beber alcohol, ya que puede diluir la sangre.

Llame al médico si tiene:

- Hemorragia que no cesa tras 5 minutos de aplicar presión • Hemorragia que aparece sin lesión
- Dolores nuevos o inexplicables • Mareos o visión doble

Visite nuestro sitio web para obtener más información sobre grupos de apoyo, ensayos clínicos y estilo de

vida. PTE.315 © Copyright 2015