

# Consejos para controlar el sangrado



## Algunas cosas que usted puede hacer por su cuenta

- Evite ciertos medicamentos que causan sangrado, como la aspirina, el ibuprofeno (Advil) y el Naprosyn.
- Si tiene sangrado de encías, cepílese los dientes suavemente con un cepillo de dientes extra suave.
- Use loción o bálsamo para evitar que la piel y los labios se sequen y agrieten.
- Si tiene sangrado, presione firmemente la zona con un paño limpio hasta que el sangrado se detenga. Si es posible, eleve la parte del cuerpo que sangra por encima del nivel de los hombros.
  - Puede tomar más tiempo de lo esperado, especialmente si está tomando anticoagulantes o bevacizumab (Avastin).
- Aplique hielo en las zonas con hematomas.
- Evite beber alcohol.
- Use calzado tanto en interiores como en exteriores para evitar cortarse los pies.
- Evite los deportes de contacto intenso, levantar objetos pesados u otras actividades que puedan causar lesiones que sangren.



## Cuándo debe llamar a su equipo de atención médica para solicitar ayuda

- Si el sangrado es muy abundante o no se detiene después de unos 10 minutos
- Si tiene sangre en el vómito
- Si su orina tiene coágulos de sangre o sangre roja brillante
- Si sus heces son negras o tienen sangre
- Si experimenta cambios en la cabeza o la visión, como dolores de cabeza intensos, visión borrosa o doble
- Si siente confusión o somnolencia



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: [cancer.org/trombocitopenia](https://cancer.org/trombocitopenia) o llámenos al: **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.