เลือดออกและรอยช้ำ (ภาวะเกล็ดเลือดต่ำ Thrombocytopenia) ในผู้ป่วยมะเร็ง

การรักษามะเร็งบางอย่าง เช่น เคมีบำบัดและการรักษาแบบมุ่งเป้า อาจลดจำนวนเกล็ดเลือด ซึ่งเป็นเซลล์ที่ช่วยให้เลือดแข็งตัว เมื่อเกล็ดเลือดต่ำ คุณอาจช้ำหรือเลือดออกง่าย และเห็นจุดสีม่วงหรือสีแดงเล็ก ๆ บนผิวหนัง ภาวะนี้เรียกว่าภาวะเกล็ดเลือดต่ำ (thrombocytopenia) แจ้งทีมแพทย์ที่ดูแลคุณเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ และโทรทันทีหากมีเลือดออกรุนแรง

หน้านี้จัดทำขึ้นสำหรับผู้ที่กำลังรักษามะเร็งและมีรอยช้ำหรือเลือดออกง่ายขึ้น รวมถึงผู้ดูแล อธิบายว่าเหตุใดจึงเกิดขึ้น คุณทำอะไรได้บ้าง และเมื่อใดควรโทรขอความช่วยเหลือ

เหตุใดจึงเกิดเลือดออกและรอยช้ำ

การรักษามะเร็งบางอย่าง เช่น เคมีบำบัดและการรักษาแบบมุ่งเป้า อาจเพิ่มความเสี่ยงที่จะมีเลือดออกและรอยช้ำ การรักษาเหล่านี้อาจลดจำนวนเกล็ดเลือดในเลือด เกล็ดเลือดคือเซลล์ที่ช่วยให้เลือดแข็งตัวและหยุดเลือด

เมื่อเกล็ดเลือดต่ำ คุณอาจช้ำหรือเลือดออกมากหรือง่ายมาก และอาจมีจุดสีม่วงหรือสีแดงเล็ก ๆ บนผิวหนัง ภาวะนี้เรียกว่าภาวะเกล็ดเลือดต่ำ (thrombocytopenia)

แจ้งแพทย์หรือพยาบาลของคุณหากสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้

วิธีรับมือกับเลือดออกและรอยช้ำ

หากคุณมีความเสี่ยงสูงที่จะมีเลือดออกและรอยช้ำ วิธีเหล่านี้อาจช่วยได้

- **หลีกเลี่ยงยาบางชนิด** ยาที่ซื้อได้เองหลายชนิดมีแอสไพรินหรือไอบูโพรเฟน ซึ่งอาจเพิ่มความเสี่ยงเลือดออก หากไม่แน่ใจ ให้ตรวจดูฉลาก ขอรายชื่อยาและผลิตภัณฑ์ที่ควรหลีกเลี่ยงจากทีมแพทย์ที่ดูแลคุณ คุณอาจได้รับคำแนะนำให้จำกัดหรืองดแอลกอฮอล์ หากเกล็ดเลือดต่ำ
- **ระมัดระวังเป็นพิเศษเพื่อป้องกันเลือดออก** แปรงฟันเบา ๆ ด้วยแปรงสีฟันขนนุ่มมาก สวมรองเท้า แม้อยู่ในบ้าน ระวังของมีคมเป็นพิเศษ และใช้เครื่องโกนหนวดไฟฟ้าแทนมีดโกน ใช้โลชั่นและลิปบาล์มเพื่อป้องกันผิวและริมฝีปากแห้งแตก แจ้งแพทย์หรือพยาบาลหากคุณท้องผูกหรือสังเกตเห็นเลือดออกจากทวารหนัก
- **ดูแลเมื่อมีเลือดออกหรือรอยช้ำ** หากเริ่มมีเลือดออก ให้กดบริเวณนั้นแน่น ๆ ด้วยผ้าสะอาดและกดต่อไปจนเลือดหยุด หากเกิดรอยช้ำ ให้ประคบน้ำแข็งบริเวณนั้น

ถามทีมของคุณล่วงหน้าว่าควรรอให้เลือดหยุดนานเท่าไรก่อนจะโทรหาทีมหรือไปห้องฉุกเฉิน การรู้ตัวเลขของตัวเองไว้ก่อนง่ายกว่าการตัดสินใจในขณะนั้น

เมื่อใดควรขอความช่วยเหลือ

เลือดออกบางอย่างต้องได้รับความช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว ใช้รายการนี้เพื่อตัดสินใจว่าจะโทรหาใครและเร็วแค่ไหน

- **โทร 911 หรือไปห้องฉุกเฉินที่ใกล้ที่สุด หาก** คุณปวดศีรษะมาก มองเห็นได้ไม่ชัดเหมือนเดิม สับสน หรือรู้สึกง่วงมาก สิ่งเหล่านี้อาจเป็นสัญญาณของเลือดออกในสมอง อย่าขับรถไปเอง
- **โทร 911 หรือไปห้องฉุกเฉินที่ใกล้ที่สุด หาก** เลือดออกมากและไม่หยุดแม้กดแน่น ๆ หรือคุณอาเจียนเป็นเลือด อย่าขับรถไปเอง
- **โทร 911 หรือไปห้องฉุกเฉินที่ใกล้ที่สุด หาก** อุจจาระเป็นสีดำเหนียวคล้ายยางมะตอย มีเลือดในอุจจาระมาก หรือคุณรู้สึกเวียนศีรษะหรือหน้ามืดขณะเลือดออก อาการเหล่านี้อาจหมายถึงเลือดออกในทางเดินอาหาร (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003133.htm)) อย่าขับรถไปเอง
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณทันที หาก** คุณเห็นเลือดในอุจจาระ (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003130.htm))
- **โทรหาแพทย์ของคุณทันที หาก** อุณหภูมิร่างกายของคุณ 100.4 °F (38 °C) ขึ้นไป CDC ระบุว่า ไข้ระหว่างการรับเคมีบำบัดเป็นเหตุฉุกเฉินทางการแพทย์ ให้โทรทันที อย่ารอจนถึงนัดครั้งต่อไป (CDC (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html))
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณทันที หาก** เลือดไม่หยุดหลังผ่านไปไม่กี่นาที หรือคุณมีเลือดออกจากปากหรือจมูก
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณภายในวันเดียวกัน หาก** ปัสสาวะของคุณเป็นสีแดงหรือสีชมพู
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณภายในวันเดียวกัน หาก** คุณมีเลือดออกจากช่องคลอดในช่วงที่ไม่ได้มีประจำเดือน
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณภายในวันเดียวกัน หาก** ประจำเดือนมามากกว่าปกติหรือนานกว่าปกติ
- **โทรหาทีมแพทย์ที่ดูแลคุณภายในวันเดียวกัน หาก** คุณพบรอยช้ำใหม่โดยไม่ได้บาดเจ็บ หรือมีจุดสีม่วงหรือสีแดงเล็ก ๆ บนผิวหนัง

แหล่งข้อมูล

- National Cancer Institute — Bleeding and Bruising (Thrombocytopenia) and Cancer Treatment (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising)
- National Cancer Institute — Infection and Neutropenia and Cancer Treatment (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/infection)
- CDC — Fever and Cancer Treatment (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

อ้างอิงจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

นี่คือคำแปลภาษาที่เข้าใจง่ายของเนื้อหาเพื่อการศึกษาซึ่งอ้างอิงจาก National Cancer Institute กรุณาอ่านแหล่งข้อมูลต้นฉบับเพื่อข้อมูลที่ครบถ้วนและเป็นปัจจุบัน ข้อมูลนี้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่ใช่คำแนะนำทางการแพทย์ ควรปรึกษาทีมดูแลสุขภาพของคุณเสมอ

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising

อัปเดตล่าสุด: 2026-10-05

คุณมีสิทธิ์ได้รับล่ามฟรี โรงพยาบาลและคลินิกในสหรัฐอเมริกาที่ได้รับเงินสนับสนุนจากรัฐบาลกลางต้องจัดหาล่ามที่มีคุณสมบัติให้คุณโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย คุณสามารถขอได้ที่แผนกต้อนรับหรือก่อนวันนัดหมาย คุณไม่จำเป็นต้องพาสมาชิกในครอบครัวหรือเด็กมาแปลให้

ออนไลน์: cancerexplained.org/languages/th/bleeding-and-bruising

แปลจากบทความภาษาอังกฤษบน cancerexplained.org ฉบับภาษาอังกฤษคือฉบับที่ได้ตรวจสอบกับแหล่งที่มาแล้ว

ข้อมูลเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่ใช่คำแนะนำทางการแพทย์ ระบบบรรณาธิการที่ใช้ AI ช่วยจัดทำหน้านี้ ไม่มีผู้ตรวจทานทางการแพทย์ที่ระบุชื่อตรวจสอบเนื้อหานี้ เว้นแต่จะมีระบุไว้

พิมพ์ ทำสำเนา และแบ่งปันได้ฟรีโดยไม่เปลี่ยนแปลง ไม่ต้องขออนุญาต โปรดอย่าแก้ไขเนื้อหาทางการแพทย์ อ้างอิง: cancerexplained.org เป็นข้อมูลเพื่อการศึกษา ไม่ใช่คำแนะนำทางการแพทย์