Chảy máu và bầm tím (giảm tiểu cầu) trong ung thư

Một số phương pháp điều trị ung thư, như hóa trị và liệu pháp nhắm trúng đích, có thể làm giảm số lượng tiểu cầu, tức là các tế bào giúp máu đông. Khi tiểu cầu thấp, quý vị có thể dễ bị bầm tím hoặc chảy máu và thấy những chấm nhỏ màu tím hoặc đỏ trên da. Tình trạng này gọi là giảm tiểu cầu. Hãy báo cho đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị về những thay đổi này, và gọi ngay nếu chảy máu nghiêm trọng.

Trang này dành cho những người đang điều trị ung thư dễ bị bầm tím hoặc chảy máu hơn, và những người chăm sóc họ. Trang giải thích vì sao điều này xảy ra, quý vị có thể làm gì, và khi nào cần gọi trợ giúp.

Vì sao chảy máu và bầm tím có thể xảy ra

Một số phương pháp điều trị ung thư, như hóa trị và liệu pháp nhắm trúng đích, có thể làm tăng nguy cơ chảy máu và bầm tím. Các phương pháp điều trị này có thể làm giảm số lượng tiểu cầu trong máu. Tiểu cầu là các tế bào giúp máu đông và cầm máu.

Khi số lượng tiểu cầu thấp, quý vị có thể bị bầm tím hoặc chảy máu nhiều hoặc rất dễ dàng. Quý vị cũng có thể có những chấm nhỏ màu tím hoặc đỏ trên da. Tình trạng này gọi là giảm tiểu cầu.

Hãy báo cho bác sĩ hoặc y tá nếu quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi nào trong số này.

Các cách kiểm soát chảy máu và bầm tím

Nếu quý vị có nguy cơ chảy máu và bầm tím cao hơn, những bước sau có thể giúp ích:

- **Tránh một số loại thuốc.** Nhiều loại thuốc không cần kê đơn có chứa aspirin hoặc ibuprofen, có thể làm tăng nguy cơ chảy máu. Khi không chắc chắn, hãy đọc nhãn thuốc. Hãy hỏi đội ngũ chăm sóc sức khỏe để có danh sách các loại thuốc và sản phẩm cần tránh. Quý vị cũng có thể được khuyên hạn chế hoặc tránh rượu bia nếu số lượng tiểu cầu thấp.
- **Đặc biệt cẩn thận để ngăn chảy máu.** Đánh răng nhẹ nhàng bằng bàn chải thật mềm. Đi giày dép, kể cả khi ở trong nhà. Hết sức cẩn thận với các vật sắc nhọn, và dùng máy cạo râu điện thay vì dao cạo. Dùng kem dưỡng da và son dưỡng môi để tránh khô, nứt nẻ da và môi. Hãy báo cho bác sĩ hoặc y tá nếu quý vị bị táo bón hoặc nhận thấy chảy máu từ trực tràng.
- **Xử trí khi chảy máu hoặc bầm tím.** Nếu bắt đầu chảy máu, hãy ấn chặt vào vùng đó bằng một miếng vải sạch và tiếp tục ấn cho đến khi máu ngừng chảy. Nếu bị bầm tím, hãy chườm đá lên vùng đó.

Hãy hỏi đội ngũ của quý vị từ trước xem nên chờ bao lâu để máu ngừng chảy trước khi gọi cho họ hoặc đến phòng cấp cứu. Biết trước con số của riêng mình sẽ dễ hơn là phải quyết định ngay lúc đó.

Khi nào cần trợ giúp

Một số trường hợp chảy máu cần được giúp đỡ nhanh chóng. Hãy dùng danh sách này để quyết định gọi ai và gọi nhanh đến mức nào.

- **Gọi 911 hoặc đến khoa cấp cứu nếu** quý vị bị đau đầu dữ dội, thay đổi về thị lực, lú lẫn, hoặc cảm thấy rất buồn ngủ. Đây có thể là dấu hiệu của chảy máu trong đầu. Đừng tự lái xe.
- **Gọi 911 hoặc đến khoa cấp cứu nếu** chảy máu nhiều và không cầm được dù đã ấn chặt, hoặc quý vị đang nôn ra máu. Đừng tự lái xe.
- **Gọi 911 hoặc đến khoa cấp cứu nếu** phân của quý vị màu đen và dính như nhựa đường, có rất nhiều máu trong phân, hoặc quý vị thấy chóng mặt hay choáng váng khi đang chảy máu. Điều đó có thể có nghĩa là chảy máu trong đường tiêu hóa (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003133.htm)). Đừng tự lái xe.
- **Hãy gọi ngay cho đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu** quý vị thấy có máu trong phân (MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003130.htm)).
- **Hãy gọi bác sĩ ngay lập tức nếu** quý vị bị sốt từ 100.4 °F (38 °C) trở lên. Theo CDC, sốt trong lúc hóa trị là một tình trạng cấp cứu y tế. Hãy gọi ngay thay vì chờ đến cuộc hẹn tiếp theo (CDC (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)).
- **Hãy gọi ngay cho đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu** chảy máu không ngừng sau vài phút, hoặc quý vị bị chảy máu miệng hoặc mũi.
- **Gọi cho đội ngũ chăm sóc trong ngày nếu** nước tiểu của quý vị màu đỏ hoặc hồng.
- **Gọi cho đội ngũ chăm sóc trong ngày nếu** quý vị bị chảy máu âm đạo khi không có kinh.
- **Gọi cho đội ngũ chăm sóc trong ngày nếu** kỳ kinh của quý vị ra nhiều hơn hoặc kéo dài hơn bình thường.
- **Gọi cho đội ngũ chăm sóc trong ngày nếu** quý vị thấy các vết bầm mới mà không bị chấn thương, hoặc có những chấm nhỏ màu tím hay đỏ trên da.

Nguồn

- National Cancer Institute — Chảy máu và bầm tím (giảm tiểu cầu) và điều trị ung thư (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising)
- National Cancer Institute — Nhiễm trùng và giảm bạch cầu trung tính và điều trị ung thư (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/infection)
- CDC — Sốt và điều trị ung thư (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

Dựa trên một nguồn đáng tin cậy

Đây là bản dịch bằng ngôn ngữ đơn giản của nội dung giáo dục dựa trên National Cancer Institute. Vui lòng đọc nguồn gốc để có thông tin đầy đủ và cập nhật. Chỉ mang tính giáo dục — không phải lời khuyên y tế. Hãy luôn trao đổi với đội ngũ chăm sóc của bạn.

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

Cập nhật lần cuối: 2026-11-11

Bạn có quyền được cung cấp thông dịch viên miễn phí. Tại Hoa Kỳ, các bệnh viện và phòng khám nhận tài trợ liên bang phải cung cấp thông dịch viên đủ trình độ mà bạn không phải trả tiền. Bạn có thể yêu cầu tại quầy tiếp nhận hoặc trước buổi hẹn. Bạn không cần đưa người thân hoặc trẻ em đi để phiên dịch.

Trực tuyến: cancerexplained.org/languages/vi/bleeding-and-bruising

Dịch từ bài viết tiếng Anh trên cancerexplained.org. Bản tiếng Anh là bản đã được đối chiếu với nguồn.

Chỉ là thông tin giáo dục, không phải lời khuyên y tế. Một hệ thống biên tập có hỗ trợ AI đã giúp soạn trang này. Chưa có người thẩm định y khoa nào được nêu tên đã xem xét trang này, trừ khi có nêu tên.

Được in, sao chép và chia sẻ miễn phí nếu giữ nguyên nội dung. Không cần xin phép. Vui lòng không thay đổi nội dung y khoa. Trích dẫn: cancerexplained.org. Thông tin giáo dục, không phải lời khuyên y khoa.