癌症中的出血和瘀伤（血小板减少症）

一些癌症治疗，如化疗和靶向治疗，可能降低血小板的数量。血小板是帮助血液凝固的细胞。血小板偏低时，您可能容易瘀伤或出血，并在皮肤上看到细小的紫色或红色斑点。这被称为血小板减少症。请把这些变化告诉您的医疗团队，遇到严重出血请立刻联系。

本页面面向在癌症治疗中更容易瘀伤或出血的人，以及照护他们的人。内容解释为什么会发生这种情况、您可以做些什么，以及何时求助。

为什么会出血和瘀伤

一些癌症治疗，如化疗和靶向治疗，可能增加出血和瘀伤的风险。这些治疗可能降低血液中血小板的数量。血小板是帮助血液凝固并止血的细胞。

当您的血小板计数偏低时，您可能会大量出血或瘀伤，或者非常容易出血或瘀伤。您的皮肤上也可能出现细小的紫色或红色斑点。这种状况称为血小板减少症。

如果您注意到这些变化中的任何一种，请告诉您的医生或护士。

管理出血和瘀伤的方法

如果您出血和瘀伤的风险增加，以下步骤可能有帮助：

- **避免某些药物。** 许多非处方药含有阿司匹林或布洛芬，可能增加您的出血风险。有疑问时，请查看标签。向您的医疗团队索取应避免的药物和产品清单。如果您的血小板计数偏低，也可能建议您限制或避免饮酒。
- **格外注意预防出血。** 用非常柔软的牙刷轻柔地刷牙。即使在室内也要穿鞋。对尖锐物品要格外小心，并使用电动剃须刀而不是剃刀。使用乳液和润唇膏，防止皮肤和嘴唇干燥皲裂。如果您便秘或发现直肠出血，请告诉您的医生或护士。
- **处理出血或瘀伤。** 如果开始出血，用干净的布用力按压该部位，并持续按压直到止血。如果出现瘀伤，在该部位敷冰。

请提前问问您的团队，出血时应该等多久，看它是否自行止住，之后再联系他们或去急诊室。提前知道属于自己的这个时间，比临时做决定更容易。

何时需要帮助

有些出血需要尽快得到帮助。请用这份清单来决定该联系谁、要多快联系。

- **如果出现以下情况，请拨打911或前往急诊科：** 您剧烈头痛、视力有变化、意识混乱，或感觉非常困倦。这些可能是头部出血的征兆。不要自己开车。

- **如果出现以下情况，请拨打911或前往急诊科：** 出血量大，用力按压也止不住，或者您在呕血。不要自己开车。
- **如果出现以下情况，请拨打911或前往急诊科：** 您的大便发黑、像柏油一样黏稠，大便中有大量血，或者在出血时感到头晕或头重脚轻。这可能意味着胃肠道出血（MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003133.htm)）。不要自己开车。
- **如果出现以下情况，请立刻联系您的医疗团队：** 您发现大便中有血（MedlinePlus (medlineplus.gov/ency/article/003130.htm)）。
- **如果出现以下情况，请立刻联系您的医生：** 您的体温达到或超过100.4°F（38°C）。根据美国疾控中心（CDC），化疗期间发烧是医疗紧急情况。请立刻联系，不要等到下次预约（CDC (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)）。
- **如果出现以下情况，请立刻联系您的医疗团队：** 出血几分钟后仍未止住，或者口腔或鼻子出血。
- **如果出现以下情况，请当天联系您的医疗团队：** 您的尿液发红或发粉。
- **如果出现以下情况，请当天联系您的医疗团队：** 不在月经期却有阴道出血。
- **如果出现以下情况，请当天联系您的医疗团队：** 您的月经量比平时多，或持续时间比平时长。
- **如果出现以下情况，请当天联系您的医疗团队：** 您发现没有受伤却出现新的瘀伤，或皮肤上出现细小的紫色或红色斑点。

来源

- National Cancer Institute — 出血和瘀伤（血小板减少症）与癌症治疗 (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/bleeding-bruising)
- National Cancer Institute — 感染和中性粒细胞减少症与癌症治疗 (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/infection)
- CDC — 发烧与癌症治疗 (cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)

基于可信来源

这是根据National Cancer Institute编写的教育内容的通俗语言翻译。请阅读原始来源以获取完整、最新的信息。仅供教育参考，不构成医疗建议。请务必与您的医疗团队沟通。

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

最后更新： 2026-11-11

您有权获得免费口译服务。在美国，接受联邦资助的医院和诊所必须免费为您提供合格的口译员。您可以在前台或就诊前提出要求。您不需要带家人或孩子来为您翻译。

在线版： cancerexplained.org/languages/zh/bleeding-and-bruising

译自 cancerexplained.org 上的英文文章。英文版是经过与来源核对的版本。

仅供教育参考，不是医疗建议。本页由人工智能辅助的编辑系统协助编写。除非另有列出，否则没有具名的医学审核人员审核过本页。

可免费打印、复印和分享，但不得修改。无需许可。请勿改动医疗内容。引用：cancerexplained.org。仅为教育信息，并非医疗建议。