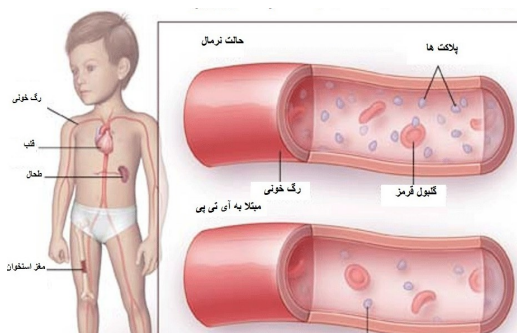




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

پورپورای ناشناس کاهش پلاکت



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۵۱-۱۰۰۷

شماره بازنگری: ۰۶

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش هماتولوژی، انکولوژی - واحد آموزش سلامت

* از ضربه و خراش و پارگی پوست که باعث ایجاد خونریزی و عفونت می شود، خودداری کنید.

* مصرف داروها را طبق دستور پزشک ادامه دهید

* برای خشکی لبها وازلین یا پماد ویتامین (A) استفاده کنید.

* از فین کردن و دستکاری بینی و لبها اجتناب کنید. در صورتی که دچار خونریزی از بینی شدید ابتدا بینی خود را آهسته فشار دهید و کیسه یخ روی بینی قرار دهید.

* از سرفه محکم اجتناب کنید.

* از خوردن موادی که باعث تحریک مخاط و آسیب به لثه ها می شود، اجتناب کنید.

منابع:

<https://www.clinicalkey.com>

<https://www.wolterskluwer.com/en/solution/uptodate>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

توصیه های خود مراقبتی:

* از انجام فعالیت های سنگین در زمانی که پلاکت خون شما پایین است، خودداری کنید. در صورتی که پلاکت ۵۰۰۰ یا کمتر باشد، از انجام فعالیت جدا بپرهیزید.

* فعالیت های خود را در حد تحمل انجام دهید و از انجام فعالیت های تنش زا خودداری کنید. از انجام ورزش هایی مثل شنا و پیاده روی و فعالیت هایی که خطر ضربه و آسیب وجود دارد، بپرهیزید.

* از تزریقات عضلانی و تجویز داروها از راه مقعد به دلیل خونریزی، خودداری کنید.

* از انجام زور زدن در هنگام اجابت مزاج اجتناب کنید.

* از ابتلا به یبوست پیشگیری کنید.

* در صورت وجود PTT بالا و نظر پزشک معالج برای تمیز کردن دندان ها از نخ دندان و خلال دندان استفاده نکنید و بعد از هر وعده غذایی از مسواک نرم استفاده کنید.

* در صورتی که پلاکت خون شما کمتر از ده هزار ۱۰۰۰۰ باشد از تماس جنسی شدید، پرهیز کنید.

* جهت اصلاح از تیغ استفاده نشود.



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری کاهش پلاکت با علت ناشناخته و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

پورپورای ناشناس کاهش پلاکت (ITP):

در این بیماری تعداد پلاکت ها کاهش یافته است که ممکن است همراه با کاهش در تولید و یا طول عمر پلاکت ها نیز باشد. علت این بیماری معمولا ناشناخته است اما معمولا بیماری یک اختلال ثانویه است که به دنبال عفونت های ویروسی یا باکتریایی، استفاده از داروها و یا سموم ایجاد می شود. از آنجا که پلاکت ها نقش بسیار مهمی در انعقاد خون و جلوگیری از خونریزی دارند لذا از بین رفتن آنها باعث مستعد شدن فرد به خونریزی می شود.

این بیماری چه علائمی دارد؟

در مراحل ابتدایی با خستگی، دردشکم، تب و خونریزی جلدی همراه است و غالبا با تعداد بسیار پایین پلاکت ها مشخص می شود. در این بیماران خونریزی های جلدی مخاطی مثل خونریزی از مخاط دهان، دستگاه گوارش یا خونریزی شدید در هنگام قاعدگی ممکن است مشاهده شود. از علائم دیگر، کبودی پوست و وجود خون در ادرار



ادرار هم دیده می شود. گاهی فرد دچار رنگ پریدگی و کاهش فشار خون نیز می گردد.

روش های تشخیصی:

* ارزیابی مغز استخوان با نمونه برداری از مغز استخوان

* نمونه آزمایش خون جهت بررسی های بیشتر

* اسمیر خون محیطی



این بیماری چگونه درمان می شود؟

بستگی به سن فرد، شدت بیماری و مدت زمان کاهش پلاکت دارد.

افراد با نشانه های خفیف یا بدون نشانه احتیاج به هیچ درمان خاصی ندارند ولی باید از ورزش های تماسی، جراحی غیر اورژانس و تمام داروهای غیر ضروری پرهیز کنند.

در بیماران دچار کبودی های پوستی متوسط تا شدید باید از کورتیکواستروئید استفاده گردد.

بخش اعظم درمان در این افراد استفاده از کورتون یا داروهای ضعیف کننده سیستم ایمنی است. در نتیجه این بیماران در معرض عوارضی چون پوکی استخوان، پوسیدگی دندان و افزایش عفونت می باشند.

برداشتن طحال مؤثرترین شکل درمان است و در بیماران که به دارو پاسخ نمی دهند، انجام می گیرد.



توصیه های غذایی در این بیماری چیست؟

* از خوردن نوشابه ها یا غذاهای محرک پرهیز کنید.

* بهداشت دهان را به طور منظم با مسواک نرم انجام دهید.

* از خوردن غذاهایی که به سختی جویده می شود، خودداری کنید.

* از خوردن غذاها و نوشیدنی های خیلی سرد یا خیلی داغ بپرهیزید.

* از خوردن غذاهای پرادویه و شور خودداری کنید.

* مایعات دریافتی را حداقل ۳ لیتر در ۲۴ ساعت استفاده کنید.

* با مصرف غذاهای حاوی فیبر و میوه ها از یبوست جلوگیری کنید.

* باید از مصرف داروهای گیاهی و هر چیزی که در عملکرد پلاکت ها تغییراتی ایجاد کند، بدون دستور پزشک خودداری بپرهیزید.

