

Blutbildveränderungen nach Chemotherapie

- Hilfe zur Selbsthilfe -



Faltblatt: Pflegetipps zu Anämie

Definition:

Bei der Anämie sind die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) abgesunken und damit der rote Blutfarbstoff (Hämoglobin) vermindert.

Da Erythrozyten für den Sauerstofftransport zuständig sind, können Atemnot, Müdigkeit und Erschöpfung die Folge sein.



Faltblatt: Pflegetipps zu Anämie

Was Sie selbst tun können bei:

Müdigkeit

Ernährung

Hautpflege

Herz-Kreislaufsystem

Atmung



Faltblatt: Pflegetipps zu Anämie

Informieren Sie Ihren Arzt wenn....

- Sie plötzlich sehr müde werden
- Sie plötzlich sehr blass aussehen
 - Sie Atemnot bekommen



Faltblatt: Pflegetipps zu Leukopenie

Definition:

Bei der Leukopenie sind die weißen Blutzellen (Leukozyten) vermindert.

Es gibt verschiedene Arten von Leukozyten, die alle am Infektionsschutz des Körpers beteiligt sind.

Der größte Anteil der Leukozyten im Knochenmark machen normalerweise die Neutrophilen und ihre Vorläufer aus.



Faltblatt: Pflegetipps zu Leukopenie

Was Sie selbst tun können

- Achten Sie auf Sauberkeit
- Vermeiden Sie Verletzungen
- Vermeiden Sie Ansteckungen
- Achten Sie auf ihre Ernährung
- Erkennen Sie Infektionen frühzeitig



Faltblatt: Pflegeetipps zu Leukopenie

Informieren Sie sofort einen Arzt wenn.....

- Ihre Körpertemperatur 37,5°C oder mehr beträgt
- Sie Schüttelfrost haben
- Sie Halsschmerzen bekommen
- Sie Husten mit oder ohne Auswurf bekommen
- Sie Durchfall bekommen
- Sie Brennen oder Schmerzen beim Wasserlassen haben
- sich Wunden entzünden oder sich ein Abszess bildet



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Definition:

Bei der Thrombozytopenie sind die Blutplättchen (Thrombozyten) in ihrer Zahl vermindert. Da sie für die Blutgerinnung zuständig sind, besteht eine vermehrte Neigung zu Blutergüssen und Blutungen, auch in inneren Organen.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Was Sie selbst tun können

- Nehmen sie keine Medikamente ein, die das Blut dünnflüssig machen, wie z.B. Acetylsalicylsäure (Aspirin), es sei denn auf Anordnung des Arztes.
- Üben Sie keine Sportarten aus, die mit erhöhter Verletzungsgefahr oder übermäßiger Anstrengung verbunden sind.
- Essen Sie keine harten, heißen und scharfen Speisen, um Blutungen im Mundbereich und der Speiseröhre zu vermeiden.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Was Sie selbst tun können

- Seien Sie vorsichtig beim Nase putzen, schnäuzen Sie nicht zu kräftig.
- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Stuhl nicht zu fest ist und vermeiden Sie starkes Pressen, da es dadurch zu Blutungen im Afterbereich kommen kann.
- Verzichten Sie auf heißes Baden, Sauna, Dampfbäder, Massagen und Fango sowie auf andere Maßnahmen, die durchblutungsfördernd wirken.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Vermeiden Sie Verletzungen

- Seien Sie vorsichtig mit Messern, Scheren, Nadeln und anderen spitzen Gegenständen. Tragen Sie eventuell Schutzhandschuhe.
- Benutzen Sie eine weiche Zahnbürste, um Zahnfleischbluten zu vermeiden. Meiden Sie Zahnseide und harte Mundduschen.
- Rasieren Sie sich nicht nass, benutzen Sie einen Elektrorasierer.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Vermeiden Sie Verletzungen

- Schneiden Sie nicht Ihre Nagelhaut, führen Sie Nagelpflege sehr vorsichtig durch.
- Drücken Sie keine Pickel aus.
- Vermeiden Sie Fiebermessung im After und nehmen Sie Zäpfchen nur nach Anweisung des Arztes.
- Falls Sie eine trockene Nasenschleimhaut und Lippen haben, benutzen Sie eine weiche Nasensalbe und cremen die Lippen ein.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Maßnahmen

- Wenn Sie sich verletzen, drücken Sie auf die Wunde, bis die Blutung zum Stillstand gekommen ist.
- Bei Nasenbluten bleiben Sie aufrecht sitzen und drücken seitlich auf den oberen Teil der Nase, bis die Blutung zum Stillstand gekommen ist. Legen Sie kalte Kompressen oder Coolpacks auf den Nacken.
- Bei festem Stuhl nehmen Sie ein leichtes Abführmittel nach Rücksprache mit dem Arzt.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Maßnahmen

- Untersuchen Sie regelmäßig Ihre Mundschleimhaut auf Blutungsquellen (auch unter der Prothese).
- Kommt es zu Zahnfleischbluten, verzichten Sie ganz auf das Zähneputzen und führen nur Mundspülungen durch. Sie können auch vorsichtig mit einem weichen Watteträger die Zähne säubern.
- Beobachten Sie täglich ihre Haut auf Blutungen, vor allem Leisten, Achseln und Fußsohlen.
- Verwenden sie beim Geschlechtsverkehr Gleitmittel.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Informieren Sie sofort einen Arzt, wenn...

- die Blutung nach 30 Minuten nicht zum Stillstand gekommen ist.
- Sie Blut im Stuhl haben oder der Stuhl teerartig schwarz ist.
- Sie Blut erbrechen.
- Sie blutigen Auswurf haben.



Faltblatt: Pflegetipps zu Thrombozytopenie

Informieren Sie sofort einen Arzt, wenn...

- Sie plötzlich Schwierigkeiten beim Sehen, Hören, Sprechen, Bewegen etc. bekommen.
- Sie plötzlich sehr müde werden, Schwindel und Kopfschmerzen bei sich beobachten.
- Sie ihre Regelblutung bekommen und diese übermäßig lange und stark anhält.



Trainingsinitiative zu Thrombopenie, Anämie und Neutropenie TITAN

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

