

¿COM DISSOLDRE ELS HEMATOMES SUBCUTANIS?

10 abril, 2025



Ja sabeu que un hematoma és l'acumulació de sang en els teixits que es produeix fora del torrent sanguini. Els hematomes subcutanis apareixen sota de la pell i, per això, es veuen molt fàcilment en forma d'embalum.

Diferències entre hematomes subcutanis i altres tipus d'hematomes

Els principals tipus d'hematomes són:

- **Subcutanis:** Són els que tots identifiquem com a blaus o cardenals. Es localitzen sota de la pell.
- **Intramusculars:** Es tracta dels més dolorosos, ja que s'ubiquen en el teixit muscular.
- **Periostis o ossis:** Es formen a la superfície d'un os. Juntament amb els anteriors, constitueixen el dolor més comú en ossos i músculs.
- **Interns:** Poden produir-se en qualsevol part del cos a conseqüència d'un impacte o traumatisme greu. Per exemple, un

accident de trànsit o caigudes des de gran alçada.

¿Per què es produeixen aquest tipus d'hematomes?

Existeixen sis causes, perfectament definides, per l'aparició dels hematomes:

- **Cops, impactes i traumatismes:** És l'origen més habitual: caigudes, accidents, agressions, lesions esportives...
- **Pressió constant i ininterrompuda sobre una zona.**
- **Consum de determinats fàrmacs, sobretot anticoagulants.**
- **Malalties i trastorns de la coagulació:** Per exemple, dèficit de vitamina K o de plaquetes, leucèmia, hemofília i certes alteracions del fetge.
- **Parets fràgils dels vessaments, com la púrpura simple (dones) i la senil (gent gran).**
- **Intervencions quirúrgiques** i procediments diagnòstics que suposen extreure sang o bé punxa o tallar teixits.

En general, els hematomes subcutanis no solen generar problemes. Segueixen un procés habitual de desenvolupament i acaben desapareixent sols en uns dies. Normalment, entre dues i quatre setmanes.

Els símptomes d'un hematoma subcutani són predicibles i innocus. En un principi, produeixen dolor i calor local. El més vistós és el successiu canvi de color a la zona afectada. Primer s'aprecia rosada, després morada, i finalment, groguenca residual.

Quasi totes les lesions per traumatisme van acompanyades d'algun hematoma. De manera habitual, la sang es va reabsorbint amb el pas del temps fins que l'hematoma desapareix.

Però es donen casos puntuals en els quals el cos no aconsegueix eliminar-lo. Llavors, es produeix una reacció fibrosa que l'aïlla mitjançant per mitjà d'una càpsula.

Si es detecta aquest procés, el millor és aplicar fisioteràpia per fer-lo desaparèixer i evitar que es formi la càpsula. El tractament d'un hematoma encapsulat no difereix de la resta, només cal vigilar-lo.

En els hematomes subcutanis, les mesures que **es poden aplicar per accelerar la seva desaparició** són:

- Gel o fred local per frenar l'hemorràgia.
- Repòs.
- Elevació de l'extremitat o part afectada.
- Camamilla. Es vull i es deixa refredar abans de posar-la uns minuts sobre el lloc danyat.
- Massatge manual suau.
- Paracetamol per combatre el dolor. Ni l'ibuprofèn ni l'aspirina estan recomanats.
- Embenats compressius no molt ajustats per evitar que torni a formar.

Només quan un hematoma pressiona els teixits pròxims i afecta a la seva funció, cal aplicar un drenatge mitjançant una cirurgia d'urgència.

La tranquil·litat ha d'acompanyar sempre a l'aparició d'hematomes subcutanis. Però la vigilància mèdica mai aquesta de més si s'aprecien reaccions inesperades.