Ematomi notturni: cosa sono e perché si formano

Autore: Rosanna Accardo

Data: 31 Luglio 2023

Gli ematomi notturni possono essere una spiacevole sorpresa per molte persone. Quando ci si sveglia al mattino e si nota un livido o una macchia scura sulla pelle senza alcun ricordo di aver subito un trauma, è normale chiedersi cosa possa averlo causato.

In questo articolo, cercheremo di scoprire cosa sono gli ematomi notturni, le possibili cause alla base di questa condizione e quando potrebbe essere opportuno consultare un medico.

Cos’è un ematoma e perché si forma?

Un ematoma è una raccolta di sangue coagulato sotto la pelle o all’interno dei tessuti del corpo. È il risultato di una rottura dei vasi sanguigni, che può avvenire a seguito di un trauma diretto o indiretto. Il sangue fuoriuscito si accumula nel tessuto circostante, causando un’area di

discolorazione violacea o nerastra.

Gli ematomi notturni sono ematomi che si sviluppano durante il sonno, apparentemente senza alcuna causa immediata. Sebbene possano essere preoccupanti, la loro formazione non deve destare preoccupazione.

Ecco alcune possibili ragioni per la formazione di ematomi notturni:

Piccoli traumi dimenticati

A volte, durante la giornata, possiamo subire piccoli traumi, come urti accidentali, ma senza rendercene conto o ricordarlo. L'ematoma può svilupparsi solo dopo diverse ore o durante la notte. Ecco spiegato il motivo per cui al mattino ci svegliamo con dei lividi ed ematomi inspiegabili.

Frequenti movimenti durante il sonno

Chi tende a muoversi molto durante il sonno, specialmente chi ha un sonno agitato o soffre di disturbi del sonno, potrebbe urtarsi o sbattere contro oggetti circostanti, causando microtraumi che porteranno alla formazione di ematomi.

Sottile pelle o vasi sanguigni fragili

Alcune persone hanno una pelle più sottile e dei vasi sanguigni più fragili rispetto alle altre. Questo fa sì che siano più suscettibili alla formazione di ematomi anche con lievi traumi.

Terapie anticoagulanti

Gli individui che assumono farmaci anticoagulanti potrebbero essere più predisposte a sviluppare ematomi a causa della loro capacità di rallentare la coagulazione del sangue.

Quando consultare un medico?

Gli ematomi notturni di solito non sono motivo di preoccupazione e tendono a risolversi da soli nel corso del tempo. Tuttavia, ci sono alcuni casi in cui potrebbe essere consigliabile consultare un medico:

Se gli ematomi si verificano frequentemente senza apparente causa o se diventano sempre più grandi. Se gli ematomi si formano in luoghi insoliti o in modo ricorrente in un'area specifica. Se l'ematoma è accompagnato da altri sintomi, come dolore intenso, gonfiore e difficoltà di movimento. Un medico può valutare la situazione, identificare eventuali cause sottostanti e fornire ulteriori indicazioni e consigli.

Gli ematomi notturni possono essere fastidiosi, ma di solito non rappresentano una minaccia per la salute. Sebbene la maggior parte di essi sia innocua e si risolva da sola, è sempre consigliabile rivolgersi a uno specialista se si hanno dubbi o preoccupazioni riguardo alla loro presenza o frequenza.

Foto da depositphotos.com

Riferimento articolo: https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/ematomi-notturni-cosa-sono-e-perche-si-formano/

Generato il 07/11/2026