

低白血球症（又名白血球減少症）

Low White Blood Cells During Chemotherapy (Neutropenia)

化学治疗（化疗）可使你的骨髓减少製造白血球，尤其在你接受化疗 10 天到 14 天之後。这种现象称为白血球减少症。

白血球低的时候会有甚麽症状？

白血球可以消灭细菌，使你身体健康。没有被白血球消灭的细菌可引发感染，令你生病。

如何才能知道身体是否有感染？

- 发烧华氏 100.5 度或以上
- 发冷或出汗
- 喉咙痛或口腔痛
- 咳嗽
- 小便困难或有赤痛感
- 阴道有分泌物或痕癢
- 全身疲倦无力或疼痛

当白血球低的时候该如何做？

1. 保持个人卫生清洁，避免细菌感染：
洗手，洗手，洗手，洗手，是最佳的方法。
 - 保持皮肤，口腔和牙齿清洁，饭後漱口及刷牙。
 - 吃东西前或如厕後用温水加肥皂洗手，或用免水手清洁剂。
 - 每天洗澡并抹乾皮肤。

防止皮肤擦伤或割伤：

- 不要赤脚走路
- 用电动剃刀，不要用普通剃刀
- 不要自己挤破暗疮或刮破伤口
- 洗碗或种花时戴上手套。清洁宠物时可能吸入细菌，所以最好请别人做。

2. 食物与饮食

- 食物要清洁及煮熟，包括配料，例如，将薑葱等都要煮熟。
- 请家人為你把新鲜水果及蔬菜削皮，以消除细菌。你本人不要削水果及蔬菜皮。
- 饮食要均衡
- 饮水充足

3. 如厕习惯

- 避免便秘的发生
- 便後应揩抹乾淨，并应由前向後揩抹
- 便後洗手

4. 尽量避免的事情

- 远离人群及避免与患伤风的人士接触
- 远离患有带状疱疹的成人或出水痘或麻疹的小孩。
- 在注射防疫针或牙齿护理的时候要徵求医生的同意。
- 不要与最近打过防疫针的小孩接触。
- 学会用体温錶及准确地阅读度数是很重要的，若有发烧，可以马上通知医生。

发烧

学会用体温錶及准确地阅读度数是很重要的，若有发烧，可以马上通知医生。

- 白血球减少之期间，最好每天在同一时间测量体温。
- 如体温在华氏 100.5 度或以上，马上打电话通知你的医生或护士。

- 除非医生吩咐，不要随便服食退烧药。
- 要知道甚麼是感染的徵兆及症状。

得了感染会如何？

- 如果你認為自己有感染，切要马上通知医生。
- 如果你的白血球很低，你或许需要住医院的私人房。而你的医生，护士，家人及朋友可能需要戴口罩，并要洗乾淨双手以保护你不受细菌感染。
- 感染有所好转才能进行化疗或电疗。
- 你可能要服用消炎藥或其他药物帮助你消灭细菌。
- 你也可能需接受白血球补助剂。

白血球补助剂

- 白血球补助剂可使你在癌症治疗後，帮助你的骨髓製造更多白血球。

- 这种补助剂是用一种很细小的针用皮下注射到你的身体。很多病人学会自己注射。
- 在化疗 24 小时之後便可以使用白血球补助剂。
- 注射白血球补助剂不但可减少受到感染，并可维持体内正常的白血球数量，这样可使你按时接受化学治疗，以及无需减低化疗药物的份量。
- 市面上有两种不同的白血球补助剂，你的医生会决定哪一种较适合你。
Neupogen（每天注射，疗程 7- 14 天）
Neulasta（每一疗程注射一次）
- 如果你对大肠桿菌（E. coli）有过敏反应，你不可以注射任何以上一种药物。
- 使用这些药物後，有些人会感到骨痛。这是很常见的副作用，通常服用 Tylenol 可以止痛。

參考資料：Neutrophil（癌症護理學會），Neupogen（Amgen），Neulasta（Amgen）

References: Neutrophil, (Oncology Nursing Society), Neupogen (Amgen), Neulasta (Amgen)