

血液病发生贫血、出血、感染该注意哪些？

血红蛋白低下（贫血）

建议在此阶段进食高蛋白、高维生素类食物，如瘦肉、猪肝、豆类、新鲜蔬菜等，避免食用生冷、隔夜或变质的食品。贫血严重时卧床休息，限制活动，特别是起床或站立时不要太快，以防因脑缺血而导致的突然晕厥。

无论是在医院还是出院在家，都需要注意贫血症状，如面色、睑结膜、口唇、甲床苍白程度，注意有无头昏眼花、耳鸣、困倦、心悸气促、头痛、心前区疼痛等症状。

湿性/干性出血

血液病患者面对出血情况，要调整好心态，防止过度紧张，保持情绪稳定。其次注意休息，明显出血特别是血小板减少时应绝对卧床，待出血停止后逐渐增加活动。根据病情适当活动，活动时防止滑倒或外伤，以免伤后出血。

禁止使用硬的毛刷，进食不宜过快，如果鼻腔粘膜干燥，可涂滴鼻油保护，禁止挖鼻孔，以免损伤鼻腔粘膜，引起出血。在住院期间各种穿刺完毕后压迫针眼 10-15 分钟，防止局部形成血肿。

病人还需注意饮食卫生，作为护理人员及患者本人，应注意有无皮肤粘膜瘀点瘀斑、牙龈出血、鼻出血、呕血、便血、血尿，女性患者月经是否过多，特别要注意有无头痛、呕吐、视力模糊、意识障碍等症状，如有应及时报告医生进行处理。

真菌/细菌/病毒感染

白细胞低下容易发生感染问题，病人居住环境清洁卫生，室内垃圾及时清理，防止细菌滋生；注意居室的通风，保持空气新鲜；住院期间限制探视人员的数量及时间，少去或不去人群较密集的地方，白细胞过低时进行保护性隔离，有条件者入无菌洁净层流室或使用层流床，防止交叉感染。