



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院

癌症治療期間白血球下降的照顧

編號	ND 內-054
製訂日期	2008. 01
四修日期	2022. 06

壹、白血球的功能

白血球可以幫助您抵抗細菌病毒以保護身體，所以一旦數量減少，代表您的抵抗力下降了，身體較容易受到感染。感染的風險，與白血球下降程度有相關，但並不是白血球降低就一定會受感染。

貳、癌症治療期間白血球下降的原因

藥物對於生長快的細胞影響會較大，因此除了腫瘤細胞外，各種血球和頭髮的生長也容易受到壓抑。由於骨髓是我們主要的造血組織，所以化學治療幾乎都會產生某種程度的「骨髓抑制」，因而引起白血球降低的副作用。白血球下降的程度與時間，會因藥物的種類、劑量以及自身骨髓功能、造血細胞對藥物的敏感度不同而有很大的差異，通常在治療結束後的 7-14 天會達到最低，然後再慢慢回升，因此發燒感染最容易發生在這段時間。

參、白血球偏低時的身體狀況

白血球降低時，不會有自覺症狀，多半要在發生了感染時，才會出現感染的相關症狀，包括：體溫超過 38°C、寒顫、冒汗、腹瀉、排尿灼熱感、嚴重的咳嗽或喉嚨痛、異常的陰道分泌物或搔癢等。

肆、白血球下降時我該怎麼辦？

首先要避免感染的發生

1. 避免吃醃製與生的食物與如：泡菜、醬菜、生魚片、生雞蛋等。應食用煮熟的食物且隔餐勿食，其中水果須削皮吃。
2. 保持均衡飲食與足夠的營養是非常重要的，依照營養師衛教，多攝取蛋白質、維生素(A、C、E)的食物如：全熟的白肉、雞蛋、牛奶跟魚類、水果、地瓜、胡蘿蔔、糙米及堅果類。
3. 加強手部衛生，洗手正確步驟(內、外、夾、弓、大、立)，尤其是在吃飯前或上完廁所後。

4. 在種植花草或清洗動物及小孩排泄物時，記得要戴保護性手套。
5. 盡量避免與有感冒、痲疹、水痘等傳染病的人接觸，如果是到公共場所，人群較擁擠的地方，則需帶口罩。
6. 維持皮膚及黏膜的完整性，避免有傷口，不要擠壓或抓破青春痘及粉刺皮膚，皮膚變得乾燥且易龜裂，可以使用乳液或油脂來軟化皮膚。
7. 每日做自我口腔檢查，特別要注意有無紅斑、潰爛或白色浮皮，並時常以無刺激性漱口水漱口。

維持排泄系統衛生

每次排便後，都要輕輕地且徹底地清洗肛門部位。如果肛門部位有發炎或痔瘡的情形發生時，務必請教您的醫師或護理人員一些自我照護的方法。

1. 避免自行灌腸或栓劑，以避免肛門黏膜破損，造成感染。
2. 女性在解尿後，應由前往後擦拭，且不可來回擦拭。若正值月經期，則要時常更換衛生棉，以防感染。

日常注意事項

1. 在沒有醫師的允許下，千萬不要接受任何疫苗注射。
2. 如有發燒體溫大於 38°C 的現象，不要自行服用任何的藥物來降低體溫，需立即回診，或至當地診所求治，主動告知目前正在接受抗癌藥物治療。
3. 施打化療期間，如果您的白血球數一直下降，醫師會與你討論您接下來的化學治療或調低藥物劑量一段時間。
4. 若您的白血球計數過低，醫師會依照血球降低程度需要時給予「白血球生長刺激素」(G-CSF) 促進白血球數增加，以避免血球繼續往下降。

※諮詢電話：08-7368686 轉_____

屏基關心您 祝您早日康復

