

癌症治療期間白血球下降的照顧

白血球的功能

白血球可以幫助您抵抗外來的細菌感染以保護身體，所以一旦白血球的數量減少，代表您的抵抗力下降了，會容易受到感染。至於感染的風險，隨著白血球下降的程度愈嚴重而愈高。不過並不是白血球降低就一定會受感染。

白血球的正常值因人而異，且不同醫院會有些許不同，男、女性大概都在4千到1萬/每cmm單位之間，這個數值是各種白血球的總和，一般可再細分為嗜中性(或稱顆粒性)球、淋巴球、單核球、嗜伊紅性球等功能不同的白血球。其中，「嗜中性白血球的計數(absoluteneutrophilcount;ANC)」往往是臨床上用來衡量病人抵抗力及感染風險的重要指標。

癌症治療期間白血球下降的原因

化學治療所使用的藥物，對於生長較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，所以化學治療後幾乎都會產生某種程度的「骨髓抑制」，而引起白血球降低的副作用。下降的程度與時間，會因藥物的種類、劑量以及病人骨髓功能、造血細胞對藥物的敏感度不同而有很大差異，不過通常在治療結束後的7-14天會達到最低，然後再慢慢回升。所以發燒感染就最常發生在第10至14天之間。

白血球偏低時的身體症狀

白血球降低時，病人不會有自覺症狀，多半要在發生了感染時，才會出現感染的相關症狀，包括：口溫超過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.....

白血球下降時，我該怎麼辦？

- 首先要避免感染的發生盡量避免與有感冒、麻疹、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，則需戴口罩。
- 在種植花草或清洗動物及小孩排泄物時，要記得戴保護性手套。
- 需經常洗手，尤其是在吃飯前或上洗手間後。
- 避免生食如：泡菜、水果、醬菜、生魚片、生雞蛋等，食用煮熟的食物並多攝取維生素A、C、E不要擠壓或抓破青春痘及粉刺。
- 保持均衡的飲食與足夠的營養是非常重要的。
- 維持皮膚及黏膜的完整性因大部份的感染來自皮膚、腸胃道及生殖道的正常菌叢。某些患者甚至無法找出確切的感染原因。故須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。
- 改用軟毛牙刷刷牙，以避免傷害到牙齦。
- 盡量使用電動刮鬍刀而不要用剃刀刮鬍子，以免刮傷您的皮膚。
- 以中性肥皂清洗淋浴，洗後將您的皮膚輕輕的拍乾，不要用摩擦的。
- 如果您的皮膚變得乾燥且易龜裂，可以使用乳液或油脂來軟化皮膚，剪指甲時，注意不要剪破皮膚。另使用剪

刀、針或菜刀時，也要注意不要傷到您自己。

維持排泄系統衛生

每次排便後，都要輕輕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。

在使用灌腸或栓劑之前也要詢問您的醫師，以避免肛門黏膜破損，造成感染。

若有裝置導尿管的病人，每日至少要消毒尿管兩次。

女病人在解尿後，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。

在沒有醫師的允許下，千萬不要接受任何疫苗注射。如有發燒的現象，未經醫師的同意，也千萬不要自行服用退燒藥或任何其他藥物來降低體溫。

在施打化療期間，如果您的白血球數一直下降，醫師可能會暫緩您接下來的化學治療或調低藥物劑量一段期間。另外，若您的白血球的計數過低，醫師可能會給予「白血球生長刺激素」(G-CSF)來維持您的血球計數，以避免白血球繼續往下掉。(註：健保局對此藥的使用，有條件上的限制)