

## 『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