

嗜中性白血球低下症

血液中的白血球數量偏低

Neutropenia

Low number of white blood cells in your blood

什麼是嗜中性白血球低下症？

What is neutropenia?

嗜中性白血球低下症是指血液中的嗜中性白血球（白血球的一種）數目偏低。

嗜中性白血球是體內對抗感染或細菌的細胞。一個名為全血細胞計數(CBC)的驗血測試將可顯示您的細胞數目。

嗜中性白血球偏低時，身體不能有效地對抗感染。感染情況可以令您在很短時間內病得很重，也可能令您須停止下一次的治療，有時則導致您需減輕癌症治療的劑量。

治療期間您須作多次抽血檢查。

您的醫護團隊將監察您血液中的嗜中性白血球數量。您或會聽到醫護團隊在說 "counts"（指數）或 "blood counts"（血球數量），所說的就是您血液中不同細胞的數量。

什麼導致嗜中性白血球低下症？

What causes neutropenia?

癌症和癌症治療可導致嗜中性白血球低下症。

有時當您接受較高劑（量）的癌症治療時，您會患上嗜中性白血球低下症。

若您除癌症以外還有其他健康問題，例如人類免疫缺陷病毒(HIV)，您患上嗜中性白血球低下症的風險將會更高。



什麼是嗜中性白血球低下症發燒？

What is a neutropenic fever?

嗜中性白血球低下症的患者可能會有發燒（體溫在華氏100.5度或攝氏38度以上），這是嗜中性白血球低下症發燒，是一種感染症狀，情況非常嚴重，需要即時以抗生素治理。

若出現嗜中性白血球低下症發燒，須立即前往最就近的急症室。

用什麼方法治療嗜中性白血球低下症發燒？ What are the treatments for neutropenic fever?

急症室的醫護團隊將給您抗生素醫治感染。

您或需接受下列的測試來找出是哪種發燒情況：

- 尿液 (小便) 培養（找出小便中細菌的測試）
- 血液培養（找出血液中細菌的測試）
- 胸口 X 光檢查
- 身體檢查
- 驗血檢查肝臟和腎臟的狀況。

用什麼方法治療嗜中性白血球低下症？

What are the treatments for neutropenia?

造血生長因子(GCSF)

Hematopoietic Growth Factors (GCSF)

如果您患上嗜中性白血球低下症，您的醫護團隊可能會給您造血生長因子。生長因子是能令骨髓製造更多白血球的特別蛋白，其工作就如您健康時自己身體所發揮的功能一樣。

生長因子只在必要時才使用，並不是所有病人都用它。您的醫護團隊將跟您商量什麼是對您最好的方法。

生長因子是透過打針方式注入您的皮膚或靜脈。

生長因子的副作用

Side Effects of Growth Factors

生長因子是有副作用的，每個人的反應各有不同。

最常見的副作用是骨痛，這可能是背部、雙臂、雙腿或腕部的骨骼感到隱隱作痛或不適。

對乙酰氨基酚(Tylenol) 可以有助止痛。這些痛症一般是輕微的，且在停止生長因子治療後便會隨即消失。

有時注射位（落針處）周圍的皮膚會發紅或痕癢，但做完注射療程後它們便會消散。

在接受生長因子期間，您可能會發燒和發冷。

如有出現任何副作用，請告訴您的醫護團隊。

我自己可以做什麼？

What can I do for myself?

留意有沒有感染症狀

Watch for signs of Infection

如果在接受化療期間出現發燒超過華氏100.5度或攝氏38度，請即前往最就近的急症室。

如有下列症狀，請即通知您的醫護團隊：

- 發冷
- 出汗（比您的正常情況多）

- 咳嗽或呼吸急促
- 喉嚨痛或有口瘡
- 皮膚或皮膚瘡口周圍發紅或腫起
- 有稀便或水狀的大便（肚瀉）
- 排尿（小便）有困難、比正常時排尿多，或排尿時感灼熱
- 陰道有分泌物或痕癢（比正常時多）
- 有感冒症狀，例如身體感到疼痛和極度疲倦。

預防感染

Prevent infection

您要盡量保持身體健康，這是十分重要的。按照以下步驟，確保不受感染：

- 進食前和如廁後都須徹底洗手。
 - 如果沒有肥皂和水，可以使用無水清潔劑（潔手消毒液）。
 - 清潔雙手的所有表面，包括指縫間和指甲，須清潔共15秒，然後沖走肥皂。
- 良好的口腔衛生非常重要。食後和睡前都用軟身牙刷刷牙。
- 如果牙齒有問題，請在見牙醫前先向您的醫生查詢。讓牙醫知道您正在接受癌症治療。
- 每日淋一次暖水浴，淋熱水浴可令皮膚變乾。輕輕拍乾皮膚，因為搓擦可令皮膚變乾。
- 盡量遠離患病人士。遠離患上水痘、帶狀疱疹（俗稱生蛇）或麻疹的兒童及成年人。
- 盡量不去為寵物（貓狗）清理糞便，也不要清潔魚缸。
- 若您的大便比平常的硬，盡量不要勉強用力。若沒有如常的有大便，則可能有便秘。請跟您的醫護團隊商量。
- 請跟您的醫護團隊商量有關行房的問題。您可能需要多用一點潤滑劑。完事後立即淋一個暖水

浴，徹底清潔身體。如果您的白血球指數極低，須完全避免性行爲。

如果您不確定如何預防感染，請向您的醫護團隊查詢。

採取良好的食物安全措施

Practice good food safety

- 準備食物前，先用和暖的肥皂水清潔雙手和所有表面。
- 烹煮食物時，食物的中心溫度須達至安全水平。切勿吃未經煮熟的肉類、雞蛋或海鮮。
- 將肉類和雞蛋等生的食物跟已煮熟的食物、水果和蔬菜分開擺放。
- 每次都要即時將食物和吃剩的東西放入冰箱內。
- 將急凍食物放在冰箱內解凍。
- 不要吃熟食肉(deli meats)，軟芝士和未經高溫消毒的奶品或果汁。

哪裡可獲取更多資訊？

Where can I learn more?

- 卑詩癌症局圖書館就嗜中性白血球低下症所建議的網址：www.bccancer.bc.ca/our-services/services/library/recommended-websites/managing-symptoms-and-side-effects-websites/neutropenia-websites
- 卑詩癌症局支援護理服務：www.bccancer.bc.ca/supportivecare

