

嗜中性白血球低下

何謂嗜中性白血球低下？

血液的組成中，嗜中性白血球是最主要的白血球，在人體免疫中扮演第二的防線的重要角色，能有效對付大多數病原體。因此其於血液中數值的的高低，反映了部分的免疫力。當嗜中性白血球的數量不足時，稱之為"嗜中性白血球低下"。

嗜中性白血球低下表現

- 癌症患者若處於嗜中性白血球低下的狀況下會有相當大的感染風險。然而大多數病患在此狀況下，除了疲倦感之外，不會有任何前兆症狀，直到真的發生感染，發燒了才知道。
- 癌症的治療如化學療法、放射療法都可能傷害到白血球，而造成嗜中性白血球低下，而其發生的機率會與化療藥品種類、劑量的高低、療程的頻率或其他併用的藥物相關。
- 化療施打後的 7 至 14 天，通常是白血球的低點，也是癌症病人免疫力較差的時候。等到化療結束後三到四週，血球的數量會逐漸回復正常。



自我照顧的建議

1. 醫師會您接受化療後在一到兩週，請您回診測量白血球數值。若有預期偏低或已經處於白血球低下的情形，醫師會評估是否需開立白血球生成激素給您，加速身體產生足夠的白血球，以有效預防感染。
2. 若有任何如發燒、咳嗽、呼吸困難等等的感染症狀，需盡快聯絡您的醫師，並就醫治療。
3. 嗜中性白血球低下的期間，需特別注意地個人衛生習慣如下：
 - ✓將溫度計放在方便取用的地方，稍有不適感就可進行測量。
 - ✓用餐前後與上廁所前後都要確實濕洗手。
 - ✓外出時避開人群並確實戴好口罩、接觸黏膜(如：眼口鼻)前必須洗手。
 - ✓外出建議隨身攜帶酒精噴瓶，可於手部無明顯髒污時使用。
 - ✓若有發燒感冒的朋友或家人，請盡量避免接觸。
 - ✓不要與任何人共用浴巾、毛巾及水杯。
 - ✓修整鬍子。建議使用電動刮鬍刀，而非一般刮鬍刀避免刮傷臉部。
 - ✓使用熱水或洗碗機清潔碗盤，以確保碗盤乾淨無菌。
 - ✓避免食用生食如生魚片或尚未洗淨的蔬果，盡量食用剛烹調好且新鮮的食品。
 - ✓避免於臥室種植植物，以免土壤中的細菌或黴菌散佈在臥室中。
 - ✓遠離任何積水，包含肥皂盒上、漱口杯等等。若需使用，使用前必須清洗。



常見疑問

Q1：我想接種新冠病毒(COVID-19)疫苗需要注意甚麼事？

A：合適的疫苗接種時程可能會因為化療的種類、當前的免疫狀況而有不同，因此建議需和您的腫瘤科醫師討論合適的施打疫苗時機。

Q2：我家裡有寵物，請問我需要注意哪些事情？

A：

1. 特定寵物因為容易有帶有細菌(如沙門氏桿菌)，建議治療期間須避免與其有任何的接觸。這些寵物包括禽類、寵物鼠、爬蟲類或國外進口動物等等。
2. 接觸所有寵物後皆須進行完整的濕洗手。
3. 若治療期間需自行照顧寵物，建議請獸醫檢查寵物是否有任何感染或傳染病在身(如跳蚤)。
4. 若須清理寵物的排泄物或居住環境(如鳥籠、魚缸或貓沙等)，需穿戴一次性使用的防水手套。使用完畢時須由內層往外脫，避免手部直接碰觸外層。

