



患者及照顧者教育

# 中性粒細胞減少（低白細胞計數）

此資訊旨在解釋什麼是中性粒細胞減少（低白細胞計數），以及在您患有中性粒細胞減少症時如何預防感染。

## 關於中性粒細胞減少

中性粒細胞減少症是指血液中的中性粒細胞（一種白細胞）的數量較少。如果中性粒細胞水平低於 500 個細胞/mm<sup>3</sup>，則會被認為是低水平。在某些類型的癌症治療後，出現中性粒細胞減少症是很常見的。

中性粒細胞可幫助您的身體抵抗感染。如您患有中性粒細胞減少症，則受感染的風險會更高。發燒至 100.4 °F (38.0 °C) 或以上通常是感染的第一個跡象。為防止感染，您必須遵循此資源中的說明行事，直至中性粒細胞計數回復正常為止。

細心留意此資源中列出的任何感染跡象。如有任何感染跡象或症狀，請致電保健提供者。請務必按照保健提供者的指示，透過口探方式（經口腔）測量體溫。如果發燒至 100.4 °F (38 °C) 或更高，請致電保健提供者。

## 保持良好的個人衛生

如您患有中性粒細胞減少症，保持良好的衛生習慣則至關重要。請遵循本節的指南。如需更多關於手部衛生的資訊，請細閱

- 每天滋潤皮膚，以防止其乾燥或裂開。
- 使用抗菌番梘洗手。這種番梘殺菌效果更好。
  - 洗手時，先以溫水弄濕雙手，然後使用番梘搓手至少 20 至 30 秒。用溫水沖洗雙手。用清潔的紙巾擦乾雙手。
- 在握手以及與幼兒接觸後，請使用 Purell® 等含酒精的洗手液清潔手部。
  - 如要使用含酒精的洗手液，請將其覆蓋雙手並搓揉 20 至 30 秒。

- 在觸碰以下高風險接觸表面後，使用含酒精的洗手液或抗菌番梘洗手：
  - ATM。
  - 門把。
  - 電話。
  - 升降機按鈕。
  - 電腦鍵盤。
- 在每頓飯後刷牙。使用超軟毛牙刷。如需更多相關資訊，請細閱 *Allogeneic Stem Cell Transplant: A Guide for Patients & Caregivers* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/allogeneic-stem-cell-transplantation](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/allogeneic-stem-cell-transplantation)) 的「護理口腔」部分

## 預防感染的方法

以下是一些可以預防感染的方法：

- 避免患有感冒或最近受感染的訪客到訪。
- 在外出至公共場所、乘坐公共交通工具、前往人口密集的場所時佩戴口罩。這將有助於保護您免受感冒或其他呼吸道感染。
- 如非緊急情況，不要進行任何牙科治療或手術。在進行任何治療前，請諮詢保健提供者。
- 詢問保健提供者以了解您是否可以：
  - 使用衛生棉條。
  - 使用牙線。
  - 使用直腸栓劑（溶解的固體藥物）。
  - 灌腸。
  - 參與性活動。
- 請勿食用未煮熟的肉、魚或雞蛋。如欲深入了解患有中性粒細胞減少症時應遵循的食品安全指南，請閱讀資源 *Food Safety During Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/food-safety-during-cancer-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/food-safety-during-cancer-treatment))。

- 請勿共用叉子、勺子、杯子或任何其他食用器具。
- 未經保健提供者批准，請勿美甲、修腳、進行蠟療或紋身。
- 請勿剃頭。盡量避免為身體的任何其他部位剃毛。如果必須剃毛，請使用電動鬚刨。
- 在接觸任何動物後，請洗手。
- 請勿觸摸任何動物排泄物（例如垃圾筒、魚缸或寵物籠）。
- 不要料理農務、處理土壤、乾花或鮮花。
- 與保健人員討論有助預防感染的疫苗（例如流感疫苗）。

## 何時致電您的保健提供者

如有任何以下感染跡象，請致電保健提供者：

- 發燒達至華氏 100.4 度（攝氏 38 度）或更高。
- 顫抖發冷。
- 噁心和嘔吐，且未有好轉。
- 皮膚潮紅。
- 流汗。
- 咳嗽。
- 頭暈。
- 腹瀉（稀溏或水樣排便）。
- 便秘（排便次數較平時少）。
- 口腔潰瘍。
- 頭痛。
- 新的疼痛。
- 刺激。
- 排尿（小便）時疼痛或灼痛。
- 感覺疲倦，特別是出現發燒、喉嚨痛或發冷等類似流感的症狀。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

如欲獲取更多資源，請瀏覽 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，於我們的虛擬圖書館內搜尋。

Neutropenia (Low White Blood Cell Count) - Last updated on December 11, 2023

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 持有並保留所有權利