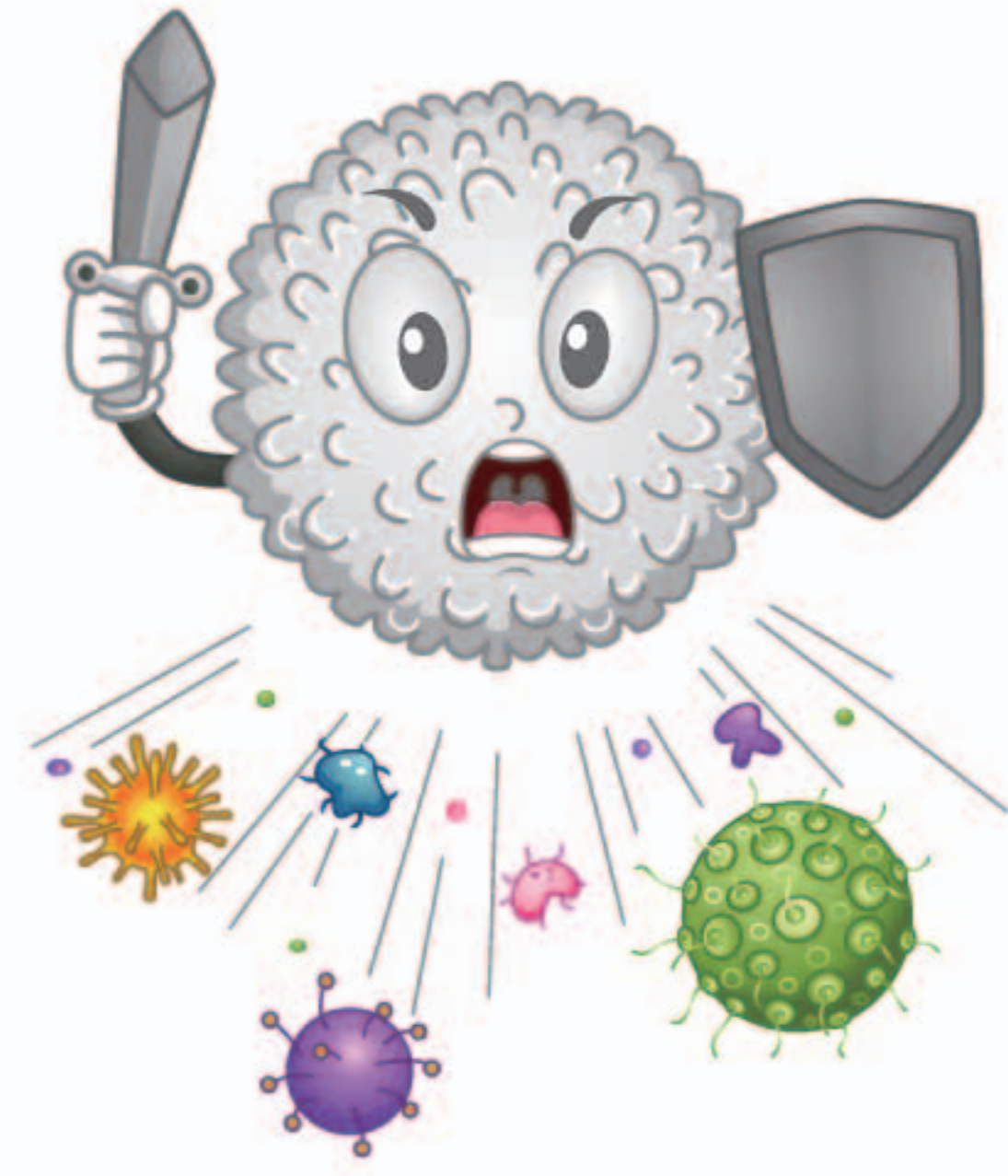




白血球是什麼？

答



白血球是血液中其中一種細胞，屬於免疫系統一部分，可以幫助您抵抗外來的細菌感染保護身體，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。

白血球正常數值參考



- 白血球的正常值因人而異，各醫院訂的標準值也有些許不同。
- 這個數值是各種白血球：淋巴球、單核球、嗜中性球、嗜酸性球、嗜鹼性球的總和。
- 其中，「嗜中性白血球絕對計數 (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。(如果白血球總數<3000或嗜中性白血球的計數<1500，醫師可能會考慮暫停治療。)

HOPE

財團法人
癌症希望基金會
HOPE FOUNDATION for CANCER CARE

諮詢電話

0809-010-580 (鈴一鈴·我幫您)

台北希望小站

台北市中正區臨沂街3巷5號1樓 (捷運忠孝新生站)

台中希望小站

台中市西區民權路312巷4-1號1樓 (茄苳腳站)

高雄希望小站

高雄市左營區翠峰路22號1樓 (果貿社區內)

服務時間

週一至週六 9:00~18:00



癌症希望基金會



癌症治療小幫手
希望護照APP



HOPE TV
癌症希望頻道

支持我們持續提供服務

郵政劃撥

帳號：50191500

戶名：財團法人癌症希望基金會

捐款洽詢：(02)3322-6287分機186



HOPE

財團法人
癌症希望基金會
HOPE FOUNDATION for CANCER CARE



白血球下降 的照顧



癌症治療期間為什麼白血球會下降？

答

由於癌細胞有快速生長的特性，癌症治療所使用的化療藥物或某些標靶藥物，就是針對這樣特性的細胞進行攻擊，因此也會波及到體內其他生長快速的正常細胞如：骨髓、毛髮、黏膜……等。

其中骨髓是造血器官，所以化學治療後幾乎都會產生骨髓抑制而造成血球降低。通常在化學治療後的7到14天白血球會降到最低，然後再慢慢回升。



除化學治療外，放射線治療、荷爾蒙、標靶治療或免疫治療也可能造成白血球下降的現象，治療前可先諮詢醫護團隊。



白血球偏低時，會有什麼症狀呢？

答

白血球降低時，病人除了會感覺疲倦外，不會有不適症狀，多半在發生感染時，才會出現相關症狀，包括：

- 發燒（耳溫超過攝氏38度）、發冷或寒顫。
- 皮膚或注射部位紅腫、疼痛或灼熱感。
- 解尿或解便時有疼痛或灼熱感。
- 咳嗽、流鼻水或喉嚨痛。



血球低下期間，若須施打任何疫苗，請先諮詢您的醫療團隊。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。



白血球下降時，我該怎麼辦？

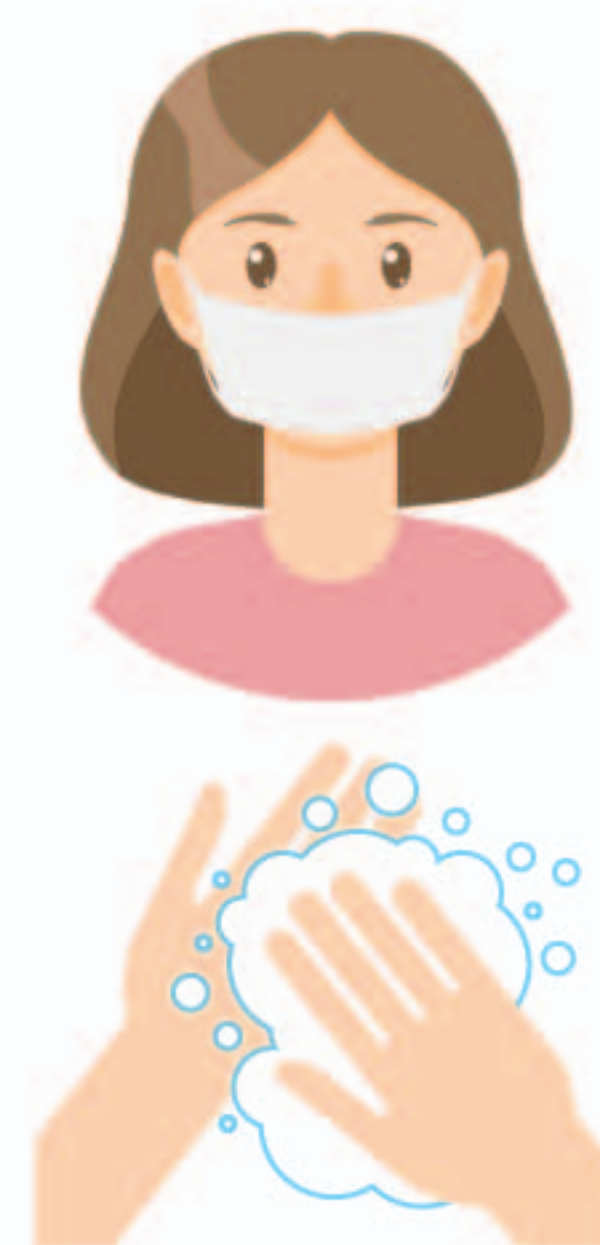
答

補充足夠的營養

在治療期間除了均衡飲食外，要多增加蛋白質的攝取（魚、肉、豆、蛋），若無其他疾病的考量，都應提高蛋白質及熱量至一般人的1.5倍，才能幫助白血球復原回升。

避免外在的感染

- 避免與感冒、麻疹、水痘等傳染病的人接觸；到公共場所或人群較擁擠的地方，需戴上口罩。
- 需經常洗手，尤其是在吃飯前或如廁後。
- 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。
- 不吃生食及醃製品，如：泡菜、醬菜、生魚片、生雞蛋等。食物均需煮熟、水果需削皮或剝皮。



保護皮膚及黏膜避免受傷

- 保持口腔清潔，時常以無刺激性漱口水漱口。
- 改用軟毛牙刷刷牙，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，以免刮傷皮膚。
- 以中性肥皂清洗淋浴，洗後輕輕拍乾，不要用摩擦的。
- 可以使用乳液來軟化皮膚以免乾裂；使用指甲刀、剪刀、針或菜刀時，要注意安全。
- 不要擠壓或抓破皮膚疹子或粉刺。



注意排泄的衛生

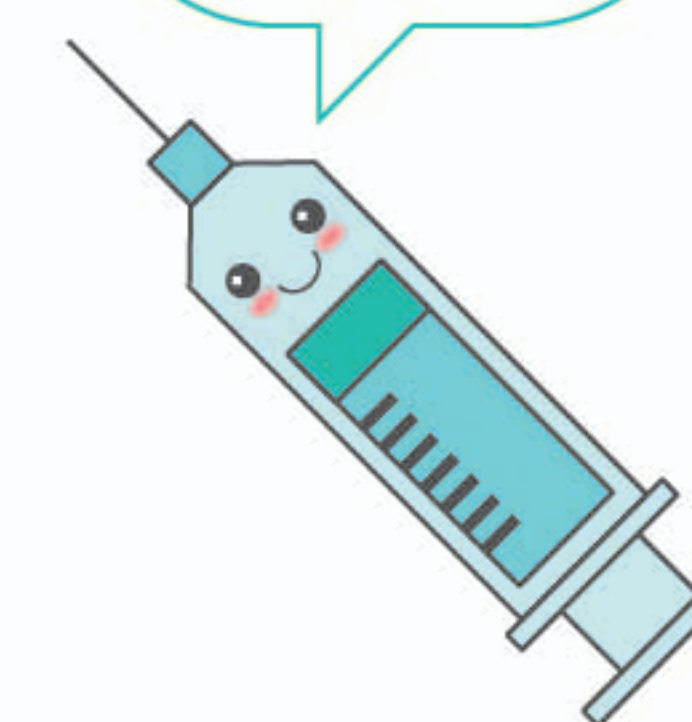
- 女性在解尿後，應由前往後擦拭，且不可來回擦拭。若正值月經期，則要時常更換衛生棉。
- 每次排便後，都要輕輕且徹底地清洗肛門。如果有發炎或痔瘡，務必請教您的醫師或護理人員自我照護的方法。
- 若要使用灌腸或栓劑，應要先詢問醫師，以避免肛門黏膜破損，造成感染。
- 有裝置導尿管的病人，每日至少要消毒尿管兩次。



必要時依醫生指示施打「白血球生長激素」

在化學治療期間，如果您的白血球數一直下降，醫師可能會暫緩接下來的化學治療或調降藥物劑量。必要時，醫師可能會給予「白血球生長激素」（G-CSF）來維持您的血球計數。（註：健保署對此藥的使用，有條件上的限制）

讓我來幫您提升白血球



在癌症治療期間，白血球下降是常發生的情形，但在治療結束後大多都可以回復正常。您只要在治療期增加蛋白質及熱量的攝取，同時加強預防感染的措施，配合醫師的處置，相信可以安全的度過治療期。



抵抗力降低該怎麼辦？
營養師教你飲食對策！

