



患者与照护者教育

## 中性粒细胞减少症（白细胞计数低）

这份资料讲解了当您有中性粒细胞减少症（白细胞计数低）时如何避免受到感染，以及如何识别感染的症状。

中性粒细胞是一种白细胞。它们帮助您的身体对抗感染。当您的中性粒细胞计数低时，您有感染的风险。为了预防感染，您必须遵循以下说明，直到您的中性粒细胞计数恢复正常。

注意任何感染的征象症状并把它们报告给您的医生或护士。一定要根据您的医生或护士的指示通过口腔（通过嘴）来测量您的体温。如果体温为华氏 100.4 度（摄氏 38 度）或以上，致电您的医生或护士。

### 总体卫生

- 每天淋浴或盆浴。仔细清洗您的手臂下、您的肛门和生殖器部位以及皮肤褶皱处。
- 使用可以杀死细菌的肥皂清洗您的双手。寻找“抗菌 (antibacterial)”或“抗微生物 (antimicrobial)”这样的字眼。Dial® 就是一个范例，但还有其他许多。用温水将您的双手弄湿，然后用肥皂搓揉您的双手至少 15 至 20 秒钟。在温热的流水下冲洗干净您的双手。用纸巾将您的双手擦干。
- 每餐后进行口腔护理。使用超软的牙刷，并根据您的医生或护士的指示刷牙和漱口。
- 握手后和与幼儿接触后使用以酒精为基础的消毒洗手液（比如 Purell®）。

# 预防感染的方式

- 避免让患有感冒或近期受过感染的访客来您家。
- 如果您得外出去公共场所、使用公共交通工具或者处于拥挤的场所，则戴口罩。这将帮助您预防感冒或其他呼吸道感染。
- 不要进行任何并不紧急的牙科检查或手术。先同您的医生或护士交谈。
- 询问您的医生或护士您是否可以：
  - 使用卫生棉条
  - 使用栓剂
  - 进行灌肠
- 不要吃生肉、生鱼或生鸡蛋。如果您还没有收到 [《低微生物饮食》\(The Low Microbial Diet\)](#)，向您的护士或饮食学家索要该信息资源。
- 不要与别人共用餐具或饮用器具。
- 不要在未经您的医生或护士批准的情况下修手指甲、修脚趾甲、热蜡脱毛或纹身。
- 不要剃您的头皮。尽量避免刮剃您身体的任何其他部位。如果您必须刮剃的话，使用电动剃须刀。
- 不要接触任何动物排泄物（如：便盆、鱼缸、宠物笼）。
- 不要从事园艺或处理土壤。

## 如果您有以下任何感染症状，致电您的医生或护士：

- 体温在华氏 100.4 度（摄氏 38 度）或以上
- 打寒颤
- 不见好转的恶心和呕吐
- 面色潮红
- 盗汗
- 咳嗽

- 腹泻
- 口腔溃疡
- 头痛
- 新发作的疼痛
- 烦躁易怒
- 排尿时疼痛或有烧灼感
- 感觉疲劳，特别是如果您还有类似流感的症状时

如果您有任何问题或顾虑，与您的医疗保健团队中的一位成员交谈。

您可以在星期一到星期五、上午 9:00 点到下午 5:00 点间联络到他们，电话号码为 \_\_\_\_\_。下午 5:00 点以后、周末和节假日期间，请拨打 \_\_\_\_\_。如果没有列出号码或者您不确定，拨打 212-639-2000。

---

©2015 Memorial Sloan Kettering Cancer Center