



EDUKACJA PACJENTA I OPIEKUNA

Neutropenia (niska liczba białych krwinek)

W niniejszej informacji wyjaśniono, jak osoby cierpiące na neutropenię (niską liczbę białych krwinek) mogą uniknąć zakażenia oraz jak rozpoznać objawy zakażenia.

Neutrofile to jeden z rodzajów krwinek białych. Pomagają organizmowi zwalczać zakażenia. Gdy liczba neutrofilów jest niska, dana osoba jest zagrożona zakażeniem. Aby zapobiec zakażeniu, należy przestrzegać podanych poniżej wskazówek aż do czasu, gdy liczba neutrofilów wróci do wartości prawidłowych.

Należy obserwować siebie pod kątem jakichkolwiek objawów zakażenia i zgłaszać je lekarzowi lub pielęgniarce. Należy pamiętać o mierzeniu temperatury w ustach, zgodnie ze wskazówkami lekarza lub pielęgniarki. Należy zadzwonić do lekarza lub pielęgniarki, gdy temperatura wynosi 100,4° F (38°C) lub powyżej.

Higiena ogólna

- Należy codziennie brać prysznic lub kąpać się. Trzeba starannie myć się pod pachami, w okolicy odbytu i narządów płciowych oraz w fałdach skóry.
- Należy myć ręce za pomocą mydła, które zabija zarazki. Informują o tym słowa „przeciwbakteryjne” lub „odkażające”. Jednym z przykładów może być mydło Dial®, ale dostępnych jest wiele innych. Należy zwilżyć ręce ciepłą wodą, a następnie pocierać je mydłem przez co najmniej 15–20 sekund. Dokładnie spłukać ręce pod ciepłą wodą bieżącą. Wytrzeć ręce ręcznikiem papierowym.

- Po każdym posiłku należy myć zęby, stosując bardzo miękką szczoteczkę do zębów oraz płuczac jamę ustną zgodnie ze wskazówkami lekarza lub pielęgniarki.
- Po podawaniu rąk innym osobom i po kontakcie z małymi dziećmi należy stosować środek odkażający do rąk na bazie alkoholu (np. Purell®).

Sposoby zapobiegania zakażeniom

- Należy unikać zapraszania do domu osób przeziębionych lub osób, które niedawno przeszły zakażenie.
- W razie konieczności przebywania w miejscach publicznych, w środkach transportu publicznego lub zatłoczonych miejscach należy nosić maseczkę. Pomaga to ochronić się przed zarażeniem się przeziębieniem lub innym zakażeniem dróg oddechowych.
- Nie należy poddawać się zabiegom stomatologicznym ani procedurom, które nie są pilne. Należy najpierw skontaktować się ze swoim lekarzem lub pielęgniarką.
- Należy zapytać lekarza lub pielęgniarkę, czy można stosować:
 - Tampony
 - Czopki
 - Lewatywy
- Nie należy jeść surowego mięsa, surowych ryb ani surowych jajek. Proszę poprosić pielęgniarkę lub dietetyka o materiał [Low Microbial Diet](#), jeśli do tej pory Pan/Pani go nie otrzymała/-a.
- Nie należy używać wspólnych z innymi osobami naczyń na jedzenie lub picie.
- Nie należy poddawać się zabiegom manicure lub pedicure, depilacji woskiem lub nanoszeniu tatuaży bez zgody lekarza lub pielęgniarki.
- Nie należy golić skóry głowy. Należy unikać golenia jakiegokolwiek innej części ciała. Jeżeli ogolenie jest konieczne, należy użyć elektrycznej golarki.
- Nie należy dotykać żadnych produktów, które mogą zawierać odchody

zwierząt (tzn. kuwety, akwaria, klatki).

- Nie należy pracować w ogrodzie ani dotykać gleby.

W razie zauważenia któregokolwiek z wymienionych poniżej objawów zakażenia należy zadzwonić do swojego lekarza lub pielęgniarki:

- temperatura wynosząca 100,4°F (38°C) lub więcej
- dreszcze
- nudności i wymioty, które nie ustępują
- zaczerwienienie twarzy
- poty
- kaszel
- biegunka
- owrzodzenia jamy ustnej
- ból głowy
- wystąpienie nowego bólu
- drażliwość
- ból lub pieczenie podczas oddawania moczu
- uczucie zmęczenia, szczególnie z jednoczesnym występowaniem objawów grypopodobnych

W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości proszę porozmawiać z członkiem zespołu terapeutycznego opiekującego się Panem/Panią. Można się z nim kontaktować od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00 – 17.00 pod numerem telefonu _____. Po godzinie 17.00, w weekendy i w święta proszę dzwonić pod numer _____. Jeżeli nie podano numeru lub nie jest Pan/Pani pewien/pewna, proszę dzwonić pod numer 212-639-2000.