Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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细胞减少（低白細胞計數），以及在您患有中性粒细胞减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/mm3，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。
- 使用抗菌番棍洗手。 這種番棍殺菌效果更好。
    - 洗手時，先以溫水弄濕雙手，然後使用番棍搓手至少 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棍洗手：
  - ATM。
  - 門把。
  - 電話。
  - 升降機按鈕。
  - 電腦鍵盤。
  - 呼叫鈴
- 如您置有 IV 或中央導管，請保持該部位清潔乾燥。 如該部位附近有紅腫、發熱、疼痛或滲液，請告知您的保健提供者。
- 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)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。
- 除非您的保健提供者同意，否則請勿食用外面的食物。
- 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)。
- 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）。
- 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。

# 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。

如有問題或疑慮，請聯絡您的保健提供者。 您的照護團隊成員將在週一至週五上午 9:00 至 下午 5:00 後、 在這些時間之外，您亦可以留言或與其他 MSK 服務提供者交談。 該熱線將一直有醫生或護士待命。 如您不確定該如何聯絡您的保健提供者，請致電 212-639-2000。

如欲獲取更多資源，請瀏覽 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 April 28, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 持有並保留所有權利