

瑪麗醫院 臨床腫瘤科

健康指南

嗜中性白血球減少及發燒

嗜中性白血球的功用: 保護身體免受感染

嗜中性白血球減少的成因:

- 化療藥物壓抑骨髓功能，影響嗜中性白血球數目
- 嗜中性白血球的數目通常會在化學治療之後第7至14天降至最低，之後會逐漸回復正常
- 嗜中性白血球減少的日子會因應接受不同藥物而略有不同

嗜中性白血球減少的影響:

- 會增加身體發生感染率
- 採取預防感染措施，及早察覺感染的症狀，從速接受治療以減低對身體的影響

預防感染

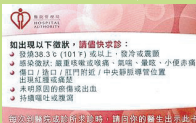
測量體溫

- 避免進行一些會影響測量體溫的活動，如在口探體溫前飲用熱水
- 應使用同一種電子體溫計及探熱方法，並於每天的相同時間量度，以便進行比較
- 如感到發燒、臉紅、發冷或不適時，都應測量體溫
- 服用有退燒藥成份的止痛藥前，應先測量體溫確保沒有發燒

如出現以下的感染症狀，應儘速求診

- 發燒攝氏38.3度 (華氏101度)或以上
- 有發冷或寒顫的現象
- 咳嗽、流鼻水、喉嚨痛或呼吸困難
- 小便有灼熱感或疼痛
- 不正常陰道分泌
- 皮膚或注射部位有紅腫、疼痛或灼熱
- 持續肚瀉或嘔吐

請出示“化療病人警示卡”



個人體溫記錄表

____ 月份個人體溫記錄													
例		1		2		3		4		5		6	
早	36.7	早		早		早		早		早		早	
午	36.4	午		午		午		午		午		午	
晚	37.0	晚		晚		晚		晚		晚		晚	
7		8		9		10		11		12		13	
早		早		早		早		早		早		早	
午		午		午		午		午		午		午	
晚		晚		晚		晚		晚		晚		晚	
14		15		16		17		18		19		20	
早		早		早		早		早		早		早	
午		午		午		午		午		午		午	
晚		晚		晚		晚		晚		晚		晚	
21		22		23		24		25		26		27	
早		早		早		早		早		早		早	
午		午		午		午		午		午		午	
晚		晚		晚		晚		晚		晚		晚	
28		29		30		31		<div>發燒的參考指標</div> <div>口探: 攝氏37.5度 (華氏99.5度)或以上</div> <div>耳探: 攝氏38度 (華氏100度)或以上</div>					
早		早		早		早							
午		午		午		午							
晚		晚		晚		晚							

個人衛生

- 進食前、如廁後，用梘液和清水洗手
- 每天洗澡並更換衣物
- 女性大小便後，應由前往後擦拭以防感染
- 大便後清洗肛門周圍
- 保持雙手清潔，經常修剪指甲
- 監察體溫，留意有否發燒



口腔保健

- 每天自我檢查口腔是否有黏膜炎
- 早、晚及進食後用軟毛牙刷刷牙
- 預防或處理口腔黏膜炎，每日天早、晚及進食後用生理鹽水漱口一次



保持皮膚及黏膜完整

- 使用電動鬚刨刮毛髮
- 避免灌腸或用肛探量度體溫
- 小心活動，避免皮膚損傷；避免被寵物抓傷或咬傷



- 腹瀉時多次排便擦拭及便秘時用力排便，都容易使肛門黏膜受損。若有便秘或腹瀉時應告知醫護人員，並遵從醫囑服藥及維持肛門衛生

環境衛生

- 保持環境整齊清潔，以防蚊蟲滋生
- 打開窗戶，保持空氣流通，可使用風扇或抽氣扇增加空氣流通
- 確保空調運作正常，定期清洗空調的隔塵網
- 避免接觸感冒、水痘、麻疹、帶狀疱疹及剛接種活性疫苗的人
- 避免到人多及空氣混濁的地方，在人多的環境最好戴上口罩
- 當口罩潮濕時，應立即更換



保持家居清潔衛生




- 勤換及清洗床單、枕袋、毛巾及衣服
- 避免接觸動物的排泄物
- 定時清潔地面，每日吸塵及定期清洗地氈，保持清潔
- 若有飼養寵物(如貓和狗)，須增加清潔的次數
- 保持家中及廚房器皿清潔
- 垃圾包裹好，放置於有蓋垃圾桶內，至少每日清理垃圾桶一次
- 保持廁所及浴室清潔和乾爽
- 如廁後蓋上馬桶蓋並立即沖廁
- 避免共用毛巾。自用抹手巾需妥善貯存，至少每日徹底清洗一次並風乾
- 若能預備多於一條毛巾作經常替換更為理想



飲食注意

- 充足休息
- 維持高蛋白、高卡路里的飲食，增加攝取維生素
- 每天攝取大概 2-3 公升水份(禁忌症除外)
- 肉類、家禽、海鮮、雞蛋必須徹底煮熟，而煮好的食物應盡快食用
- 飲用已經消毒殺菌的牛奶、果汁和蜂蜜
- 新鮮水果必須徹底清洗乾淨才可食用
- 使用公筷或公匙
- 選購來源可靠的食物，不應進食或飲用街邊無牌小販的食物或飲料
- 砧板、容器及煮食器具在接觸食物前，應先洗淨
- 應使用不同的食具來分開處理和存放生、熟的食物
- 棄置已變壞的食物，定期清理雪櫃
- 避免食用過期食品

 瑪麗醫院 Queen Mary Hospital	Pamphlet Topic & Department Code
Ownership	QMH/COD-4
Last review/revision	Jul/2025
Approval	HKWC Information Pamphlet Working Group
Distribution	As requested