

(Ukrainian: Neutropenia)

Нейтропенія: Що робити при низьких показниках нейтрофілів

Нейтрофіли – це лейкоцити, які борються з інфекцією. Нейтропенія переважно являє собою тимчасове явище, яке викликається хіміотерапією і/або опромінюванням. Показники нейтрофілів досягають найнижчого рівня приблизно через 7 – 14 днів після початку курсу хіміотерапії. Коли показник нейтрофілів падає нижче вказаного рівня, Ви піддаєтесь підвищеному ризику бактеріального зараження.

Негайно зв'яжіться з лікарем при наявності слідуючих симптомів:

- *Температура 100,5 градусів F і вище*
- *Озноб*
- *Піт*
- *Кашель або задишка*
- *Біль в горлі або укривання виразками ротової порожнини*
- *Почервоніння або припухлість шкіри*
- *Рідке випорожнення*
- *Труднощі підчас сечовипускання – підвищена частота або відчуття некучості*
- *Піхове витівання або свербіж*
- *Симптоми типу грипних*
- *Біль у місці введення голки капельниці, шприца або іншого присторою , через який медикаменти поступають в організм*

Що треба робити:

- Часто мийте руки: як мінімум 10 секунд, до і після туалета, а також перед їжою.
- Кожного дня приймайте теплий душ; витирайтесь досуха.
- Використовуйте зволожуючі креми для шкіри.
- Використовуйте тільки електричні бритви.
- Слідкуйте за гігієною ротової порожнини; зубна щітка повинна бути м'якою.
- Проводьте профілактику запорів.
- Після дефекації добре очищуйте частини довкола заднього проходу. Жінки повинні підтиратися в напрямку спереду до заднього проходу.
- При статевих зносинах використовуйте водоростворні змажуючі масті. Слідкуйте за особистою гігієною після статевих зносин. У випадку суворой нейтропенії остерігайтесь від статевих зносин.
- Використовуйте рукавички при: зміні пеленок, прибиранні дома, роботі в саду.
- Захищайте шкіру від сонця.
- Повідомляйте ВСІХ Ваших лікарів, що у Вас низький показник лейкоцитів.

Чого треба уникати:

- Контактів з хворими.
- Натовпу і місць великого скупчення людей.
- Будь яких прищеплювань без дозволу онколога.
- Контактів з людьми, які недавно одержали прищеплювання живих вакцин
- Зіткнення з фекаліями домашніх тварин або з матеріалом, на котрому вони мочатся/випорожняються.
- Використання ректальних термометрів, супозиторіїв, шприцювання, солей для ванни, гігієнічних тампонів (використовуйте гігієнічні салфетки).
- Проведення стоматологічних процедур без дозволу онколога.
- Заживання сирої риби або мяса, які не пройшли достатньої кулінарної обробки; відвідування ресторанів де є шведський стіл.
- Гарячих ванн або джакузі.
- Манікюра і педикюра.