

## 白血球降低之自我照顧

### 前言：

血球具有抵抗感染的功能，因您疾病本身及治療的關係，會使白血球下降，抵抗力也跟著降低。在「預防勝於治療」的原則下，希望您及家屬須配合以下事情：

- 一、限制訪客：有傳染病、感冒者嚴禁探訪，每次探訪以 1~2 人為限。
- 二、戴口罩：包含病患、家屬、訪客。當病人口罩潮濕時，則應立即更換。
- 三、室內禁放置盆栽、鮮花、假花、寵物。
- 四、飲食採熟食，及需剝(削)皮之新鮮水果，避免生食。
- 五、避免與剛接受活體或減毒疫苗者接觸，6 週內接受疫苗者不可探視。
- 六、每年可施打流感疫苗。
- 七、個人衛生的配合：
  1. 飯前、便後用肥皂洗手。
  2. 每天洗澡並更換衣物，便後清洗肛門周圍，並可採溫水坐浴。
  3. 手指、腳趾甲，應剪短修平避免抓傷並保持清潔。
  4. 維持四週環境清潔整齊，勿堆積物品以防蚊蟲孳生。
  5. 每日檢查皮膚及黏膜完整性(含口腔、會陰部、肛門)。
  6. 衛生棉代替衛生棉條。
  7. 使用的毛巾須保持清潔及乾燥。
- 八、保持皮膚及粘膜之完整：
  1. 預防口角炎、粘膜炎：每次進食後，以漱口水或溫鹽水漱口；若有紅腫、潰瘍則應每 1-2 小時漱口一次。
  2. 使用電動刮鬍刀。
  3. 避免灌腸，忌量肛溫。
- 九、勿憋尿，一有尿意馬上去解。女性病人大小便後，應由前往後擦拭以防感染。每日至少飲水 3000cc(除非有禁忌)
- 十、床單衣物勤換洗，環境保持整齊清潔，以拖把代替掃地，避免物體堆積。
- 十一、自我監測感染症狀，如：發燒或發冷、喉嚨痛、咳嗽、呼吸急促、任何部位發紅腫脹、植入導管部位疼痛等，應立即就醫。

敬祝您 身體健康 平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院諮詢專線 02-66289779 轉 7151