

癌症患者护理指导：中性粒细胞减少症和感染预防措施

周桂云，临床护理学博士，认证执业护士，高级认证癌症护理专家®

2018 年 7 月 22 日

作者简介：周桂云，美国临床护理学博士，认证执业护士，高级认证癌症护理专家® (Guiyun Zhou, DNP, ANP-BC, AOCNS®)，在美国和中国有超过二十五年的临床护理经验，其中近二十年在美国做癌症护理。周博士曾在著名医院（包括耶鲁大学医院，约翰霍普金斯医院，宾夕法尼亚大学医院）和癌症专科诊所工作，是美国 FZHCare 公司的联合创始人。她在中国接受初级护理教育并工作，赴美后获得伯特利学院护理学学士，宾夕法尼亚大学肿瘤护理学硕士，以及托马斯杰斐逊大学临床护理博士学位。

周博士自 2005 年起成为美国护理协会认证的认证执业护士(ANP-BC)，和美国肿瘤护理协会认证的高级认证癌症护理专家® (AOCNS®)。在以患者及家人为中心的照护理念下，她着重于癌症患者生理-心理-社会等各方面需求，让患者及家人对癌症有正确认知，帮助他们共同走过抗癌之路。她擅长健康和护理宣教，癌症症状和癌症治疗的毒副作用的评估与管理，心理，精神和社会需求的评估与管理，姑息护理与癌症晚期的安宁疗护，以及癌症患者愈后的健康和癌症风险随访。周博士还在癌症专科护理发展，化疗安全，癌症精准护理和循证护理操作流程规范化等方面，开展对相关护理人员的培训和教育。在 2009 年，她带领所在癌症诊所获得 ASCO®首次推广的肿瘤护理质量实践改进(QOPI®)认证并保持至今。周桂云博士的联系方式: info@fzhcare.com.

文章简介：中性粒细胞减少症是癌症放疗和化疗后常见的一种副作用。患者和家属需要注意观察相关的症状，尽可能预防感染。本文根据作者在美国癌症护理多年的临床实践经验，结合美国相关机构的最新指南，为患者及家属制定相应护理指导，供患者、家属和医护人员参考。

注意：指导中提到的内容主要来自于美国护理实践和文献，与其它地区的情况可能有所不同。

中性粒细胞是白细胞 (WBC) 中的最为重要的一种，是人体对抗感染的主要防线。中性粒细胞减少症是指血液循环中绝对中性粒细胞计数 (ANC) 的减少。中性粒细胞减少症通常由化疗或放射线治疗抑制骨髓生成引起。中性粒细胞减少症通常在化疗后 7-14 天发生。绝对中性粒细胞计数 (ANC) 按照中性粒细胞减少症的程度来分类：轻度 ANC 1500-1999 (感染风险不大)；中度 ANC 1000-1499 (感染风险不是很大)。

但是如果中性粒细胞小于 1000，患者被认为有中性粒细胞减少症。中性粒细胞减少症会增加感染风险

- 中度至重度： ANC 500-999 (感染风险增加)
- 严重： ANC <500 (感染风险非常大)

如果中性粒细胞 ANC <1000，请注意预防措施降低感染风险

- 注意有关感染的体征和症状
- 保持良好的卫生习惯
- 如有感染迹象，立即告知医生和就医

如果有这些症状，请及时告诉主治医生或护士

- 发烧体温 >38°C 是感染的一个重要指标
- 感冒症状，寒颤、大汗、头晕或虚弱
- 咳嗽、呼吸急促困难、胸痛
- 上呼吸道症状，头痛、流鼻涕、鼻塞、耳痛等
- 喉咙痛、吞咽困难、口腔肿胀溃疡
- 皮肤出现水疱、皮疹、溃疡
- 腹泻水样的大便、便血、腹痛，肛门周围溃疡或疼痛
- 排尿困难、疼痛，尿液中有血液和异味

预防感染

- **饮食注意事项**
 - a. 使用个人专用食物器具，不要与他人共用或分享食物器具
 - b. 饮用瓶装蒸馏水或者开水

©版权所有 2018，美国 FZHCare 公司 | 此文仅供参考，不得用于任何商业目的，不得以任何方式修改内容。

转载或使用时必须注明文章来源于美国 FZHCare 公司 | 免责声明：作者及公司不承担由此文产生的任何法律责任。

癌症患者护理指导：中性粒细胞减少症和感染预防措施

周桂云，临床护理学博士，认证执业护师，高级认证癌症护理专家®

- c. 所有食物要煮透，避免未加工或未煮熟的肉类或鸡蛋
- d. 不要吃过期的食物或在室温下超过 2 小时的食物
- e. 避免新鲜水果和蔬菜，沙拉。可以吃煮熟的蔬菜，水果罐头和罐装果汁
- f. 不要吃乳酸菌培养的酸奶和酸奶产品，避免未经杀菌的食品（例如新鲜牛奶、鲜榨橙汁、蜂蜜、饼干、点心）。可以吃经过巴氏消毒的产品
- g. 避免生的坚果，可以吃烘焙烤熟的产品
- h. 正确清洁餐具，彻底正确清洗砧板和切割用具
- i. 尽量不要外出就餐

- **洗手最为重要。**吃饭前，上厕所前后洗手。孩子们在户外玩耍后用抗菌肥皂洗手
- 请勿共用毛巾或个人物品
- 避免浴盆，请勿使用热水浴缸和/或按摩浴缸
- 中性粒细胞减少症患者应每日淋浴。同时注意中心静脉的保护，使用防水敷料
- 饭后和睡前使用软牙刷进行口腔护理。建议定期进行口腔牙齿护理和清洁
- 通过排尿和排便进行良好的会阴护理。女性应从前到后擦拭
- 避免保护皮肤损伤。使用电动剃须刀。不要纹身
- 不要使用直肠栓剂，不要灌肠。报告排便疼痛或痔疮症状
- 在中性粒细胞减少期间，不要修指甲和修脚。不要赤脚，要穿鞋
- 粒细胞减少期间避免与宠物接触（包括垃圾箱、鸟笼、鱼和爬行动物箱等）
- 房间应保持清洁
- 避免抽烟或二手烟污染

- **外出时随时戴口罩**
- 避免接触患有感冒或传染病的人群，如家人、朋友、在校学生
- 避免去人群密集地方，如电影院、音乐会、酒吧、商场、宠物商店、花店等
- 鼓励患者和家属在每年流感季节注射流感疫苗，但是不要接种活病毒疫苗。避免接触有病毒的人，以及在过去 30 天内接种了活病毒疫苗的人。根据相关规范，患者化疗前应注射肺炎疫苗 13 价和 23 价
- 避免清理花园和农活，植物中有细菌和霉菌
- 不要在游泳池、池塘、湖泊、河流中游泳

请切记

- 发烧的体温超过 38°C 可能是感染的第一个迹象
- 中性粒细胞减少 ANC 小于 1000 时，抗感染力明显降低
- 如有发烧感染症状，应立即联系主治医生或护士。延误治疗可能会导致严重的后果，中性粒细胞减少期间的感染可危及生命。感染可迅速扩散进入血液，导致感染性休克，甚至死亡
- 发烧后，必须尽快使用抗生素治疗，一般在 2 小时以内可以防止进行性感染的加重
- 在急诊时，告诉急诊科人员 / 医生 / 护士您的诊断，所有正在使用的药物，化疗药物方案和日期，主治医生联系方式，确保及时的感染评估和治疗。抗生素治疗一般应在发烧 2 小时以内开始使用
- 化疗期间，慎用膳食补充剂和中药。如服用，应事先和主治医生沟通，谨防药物交叉反应