

낮은 백혈구 수치에 대해 할 수 있는 일

호중구 감소증은 (백혈구의 일종인) 호중구 수치가 낮은 상태를 말합니다. 호중구는 세균으로부터 보호하고 병에 걸리지 않도록 도와줍니다. 호중구 감소증이 있으면, 더 높은 감염 위험에 처할 수 있습니다.



호중구 감소증의 원인은 무엇입니까?

낮은 백혈구 수치는 암, 암 치료, 또는 암과 관련되지 않은 어떤 요인으로 야기될 수 있습니다. 몇 가지 흔한 원인에는 다음과 같은 것들이 포함됩니다:

- 백혈병, 림프종, 및 다발성 골수종과 같은, 골수에 영향을 미치는 암
- 화학요법, 표적 약물 요법, 및 골수 또는 줄기 세포 이식과 같은, 암 치료
- 골수에 영향을 미치는 장애
- 코로나19(COVID-19), 엡스타인-바 바이러스, HIV, 및 간염과 같은, 많은 종류의 감염
- 류마티스 관절염이나 루푸스와 같은, 면역 질환
- 영양 문제, 이에는 낮은 수치의 비타민 B12, 구리, 또는 엽산이 포함됨



호중구 감소증은 어떻게 치료합니까?

호중구 감소증을 관리하는 것은 원인에 따라 달라집니다. 화학요법 또는 다른 치료가 낮은 백혈구 수치를 야기하는

경우, 담당 암 진료팀이 몸이 회복될 때까지 투약 용량을 줄이거나 치료를 변경하거나 연기할 수 있습니다. 감염 징후가 있고 호중구 수치가 낮은 경우, 담당 암 진료팀은 감염의 정확한 원인이 확인되기 전이라도 치료를 시작할 수도 있습니다.

- 백혈구 수치가 낮고 발열이 있는 경우, 대개 항생제, 항바이러스제 및 항진균제가 투여됩니다.
- 성장 인자는 골수가 더 많은 백혈구를 만들도록 돕는 약입니다. 이는 과립구 집락-자극인자 (G-CSF)라고도 합니다. 성장 인자는 보통 주사로 투여됩니다



호중구 감소증을 관리하는 데 도움을 주기 위해 할 수 있는 일은 무엇입니까?

백혈구가 충분하지 않은 경우, 감염으로부터 스스로를 보호하는 데 도움을 주기 위해 할 수 있는 일이 있습니다.

- 손을 자주 씻으십시오. 흐르는 깨끗한 물이 없다면 손 소독제나 물티슈를 사용하십시오.
- 매일 샤워나 목욕을 하십시오.
- 피부 건조를 방지하는 데 도움을 주기 위해 무향 로션을 사용하십시오.
- 날카로운 도구를 사용하는 경우 보호 장갑을 착용하십시오.
- 베인 곳이나 상처는 깨끗하고 건조하게 유지하십시오.
- 구강 관리를 하십시오. 하루에 최소 두 번 양치질을 하십시오. 6개월마다 치과 검진을 받으십시오.
- 칫솔, 포크, 숟가락, 컵, 또는 빨대를 다른 사람과 함께 쓰지 마십시오.
- 어떤 백신을 언제 맞아야 하는지 담당 암 진료팀에게 문의하십시오.

흔한 감염원을 피하십시오.

- 반려동물이 얼굴을 핥지 않도록 하십시오. 침이 묻은 피부는 바로 씻으십시오.
- 사람이 많이 모이는 곳이나 아픈 사람이 있는 곳은 피하십시오. 외출할 때는 마스크를 착용하십시오.
- 공사 현장과 같이, 흙먼지가 공기 중에 날리는 지역에서 떨어져 있으십시오.

음식 안전에 유용한 조언에 따르십시오.

- 고기는 안전한 온도로 충분히 익혀 드십시오.
- 신선한 과일과 채소는 모두 깨끗이 씻으십시오.
- 뷔페나 셀프 서비스 음식은 삼가하십시오.
- 유통기한이 지났거나 냄새가 이상한 음식은 먹지 마십시오.
- 우유, 치즈, 요거트, 과일 및 채소 주스 등, 날 음식이나 저온 살균하지 않은 음식을 먹지 마십시오.



담당 암 진료팀과 상담해야 하는 경우

호중구 감소증 자체는 징후나 증상을 야기하지 않습니다. 그러나 감염을 조심해야 합니다. 감염 징후나 증상이 있으면 즉시 담당 암 진료팀과 상담하십시오. 여기에는 다음과 같은 것들이 포함됩니다:

- 발열
- 오한 또는 발한
- 빠른 심장 박동
- 호흡 곤란 또는 기침
- 현기증 또는 어지럼
- 피부 발진, 발적, 부기, 상처 (특히 생식기, 항문 주위, 또는 카테터, 튜브, 또는 배액관 부근)

- 상처, 부상 부위, 배액관, 또는 카테터에서 나오는 고름이나 노란 분비물
- 관절 또는 뼈의 통증 또는 부기
- 잇몸, 입, 또는 목구멍의 통증, 부기, 또는 궤양
- 복부 (배) 또는 직장의 통증
- 소변을 볼 때 통증 또는 작열감
- 인후통
- 입안이나 혀에 생긴 궤양 또는 하얀 반점



911에 전화하거나 응급실로 가야 하는 경우

다음과 같은 증상이 있으면 911에 전화하거나 응급실로 가십시오:

- 새로운 또는 더 심한 혼란 증상
- 가슴 통증
- 휴식 시에도, 호흡 곤란
- 24시간 넘게 잠자리에서 일어날 수 없음
- 소변이 나오지 않거나, 짙은 주황색 또는 갈색의 소변이 아주 적은 양만 나옴



더 많은 정보 및 지원에 대해 알아보려면, American Cancer Society의 웹사이트(cancer.org/korean)를 방문하시거나 **1-800-227-2345**번으로 당 학회에 문의하십시오. 도움이 필요하실 때 저희가 함께하겠습니다.