

Что делать при уменьшении количества лейкоцитов

Нейтропения — это когда у вас мало нейтрофилов (тип лейкоцитов). Нейтрофилы помогают вам защититься от микробов и заболеваний. Если у вас нейтропения, то может быть и повышенный риск инфекций.



Что вызывает нейтропению?

Уменьшение количества лейкоцитов может быть вызвано раком, лечением рака, или же чем-то, не связанным с раком. К числу некоторых распространённых причин относятся:

- виды рака, затрагивающие костный мозг, такие как лейкемия (лейкоз), лимфома и множественная миелома
- лечение рака, такое как химиотерапия, направленная («таргетная») медикаментозная терапия и пересадка костного мозга или стволовых клеток
- нарушения, затрагивающие костный мозг
- многие виды инфекций, такие как COVID-19, вирус Эпштейна — Барр, ВИЧ и гепатит
- иммунные заболевания, такие как ревматоидный артрит или волчанка
- проблемы с питанием, в том числе низкий уровень витамина B12, меди или фолатов



Как лечат нейтропению?

Лечение нейтропении зависит от причины. Если уменьшение количества лейкоцитов вызвано химиотерапией или другим видом лечения, ваша команда онкологической помощи может снизить дозу или же изменить и даже отложить лечение, пока ваш организм не восстановится. Если у вас есть признаки инфекции и уменьшение количества нейтрофилов, команда онкологической помощи может начать лечение, ещё не зная, чем эта инфекция вызвана.

- При уменьшении количества лейкоцитов и наличии жара (повышенной температуры тела) нередко назначают антибиотики, противовирусные и противогрибковые препараты.
- Факторы роста — это лекарственные препараты, которые помогают костному мозгу производить больше лейкоцитов. Их также называют «гранулоцитарными колониестимулирующими факторами» (Г-КСФ, G-CSF). Обычно их вводят в организм в виде инъекции.



Что вы можете сделать, чтобы помочь справиться с нейтропенией?

Если у вас недостаточно лейкоцитов, есть вещи, которые вы можете сделать, чтобы помочь защитить себя от инфекции.

- Мойте руки часто. Если у вас нет чистой проточной воды, используйте дезинфицирующее средство для рук («санитайзер») или влажные салфетки для рук.
- Ежедневно принимайте душ или ванну.
- Для предотвращения сухости кожи используйте неароматизированный лосьон.
- При использовании острых инструментов надевайте защитные перчатки.
- Все порезы и раны держите чистыми и сухими.
- Позаботьтесь о полости рта. Чистите зубы не менее двух раз в день. Каждые 6 месяцев проходите стоматологические осмотры.
- Не пользуйтесь чужими зубными щётками, вилками, ложками, чашками или соломинками!
- Спросите у своей команды онкологической помощи, какие прививки вам следует сделать и когда.

Избегайте распространённых источников инфекций!

- Старайтесь не позволять своим домашним животным лизать ваше лицо. Вымойте все участки кожи, на которые попала слюна.
- Избегайте больших скоплений людей, а также тех, кто болен! Если выходите на улицу, надевайте маску.
- Держитесь подальше от тех мест, где пыль с земли поднимается в воздух, таких как строительные площадки.

Придерживайтесь рекомендаций по безопасности пищевых продуктов.

- Готовьте мясо до безопасной температуры.
- Мойте все свежие фрукты и овощи.
- Избегайте буфетов и пунктов питания с самообслуживанием!
- Не ешьте просроченные продукты или продукты со странным запахом!
- Не ешьте и не пейте сырые или непастеризованные продукты, такие как молоко, сыр, йогурт, фруктовые и овощные соки!



Когда обращаться к своей команде онкологической помощи

Нейтропения сама по себе не вызывает никаких признаков или симптомов.

Но вам нужно остерегаться инфекций. Если у вас есть какие-либо признаки или симптомы инфекции, немедленно обратитесь к своей команде онкологической помощи! Речь идёт, в частности, о следующих признаках и симптомах:

- жар (повышенная температура тела)
- озноб или потение
- учащённое сердцебиение
- проблемы с дыханием или кашель
- головокружение или предобморочное состояние
- сыпь, покраснение, отёчность или язвы на коже (особенно вблизи гениталий, прямой кишки или вокруг катетера, трубки или дренажа)
- гной или жёлтые выделения из раны, места повреждения, дренажа или катетера
- боли или отёчность в области суставов или костей
- боли, отёчность или язвы в области дёсен, полости рта или горла
- боли в животе или прямой кишке
- боли или жжение при мочеиспускании
- боли в горле
- язвы или белые пятна в полости рта или на языке



Когда звонить в службу «911» или обращаться в отделение неотложной помощи

Звоните «911» или обращайтесь в отделение неотложной помощи, если у вас:

- новая или усугубившаяся спутанность сознания
- боли в грудной клетке
- проблемы с дыханием, даже в состоянии покоя
- нет сил встать с кровати уже больше 24 часов
- отсутствие мочеиспускания или мочеиспускание только с очень небольшим количеством мочи тёмно-оранжевого или коричневого цвета



Для получения дополнительной информации и поддержки посетите веб-сайт American Cancer Society по адресу cancer.org/russian или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы здесь, когда нужны вам!

