

白血球減少時の対策

感染経路を遮断（しゃだん）するためにも、手洗い・うがい・清潔な行動を心がけてください。また、感染症状について知り、早めに対処することで重篤な感染症を防止することができます。

1. 食事、薬の内服、排泄の前後、外出後、掃除のあと、植物やペットに触れたあとは、手指洗剤で丁寧に手洗いをしましょう。
2. 食事や薬の内服の前後、外出後には、イソジンガーグルやハチアズレ含嗽液でうがいをしましょう。口内炎ができたり、口腔内がしみる場合は、生理食塩水でうがいをしましょう。
3. 歯垢は口腔内感染を悪化させてしまうため、化学療法の前に歯科を受診し、歯の治療や正確な歯磨き方法を身につけましょう。また、口内炎ができてしまったら、痛みに応じて綿棒やスポンジブラシに変更しましょう。
4. 皮膚に付着している常在菌を減らすためにも、入浴やシャワーを毎日行い、清潔な衣服に着替えましょう。
5. 食事はなるべく、調理してすぐに摂取しましょう。また、好中球減少がはじまったら、基本的に加熱処理された食事を摂取し、食中毒に注意しましょう。
6. できるだけ毎日掃除機をかけて拭き掃除を行い、定期的にカーテンやエアコンの清掃も行いましょう。また、好中球減少時にはペットを飼うことや生花を置くことは避けましょう。
7. 外出時にはマスクを着用し、人ごみの多い時間の外出や買い物はなるべく避けましょう。
8. 感染症が発症してしまったら、医師の指示どおりに抗生物質や真菌剤、抗ウイルス剤を内服しましょう。
9. 感染の兆候を知るために、毎日体温測定をしましょう。

感染しやすい部位と主な症状

部 位	症 状
口腔	口腔内の発赤・腫れ・痛み、歯の痛み
上気道	鼻水、のどの腫れ、痛み
肺・気管支	咳、痰（たん）、息苦しさ
消化器	腹痛、下痢、吐き気
肛門	肛門周囲の発赤・腫れ・痛み
尿路	尿のにごり、尿意の増加、排尿時痛、残尿感
皮膚	唇や皮膚の痛み、水疱
その他	38度以上の発熱、寒気、震え、頭痛、関節痛など