

骨髄抑制への対処方法

抗がん薬の副作用により、血液をつくる骨髄の働きが抑えられると、白血球、赤血球、血小板などの量が減少します。

1) 感染

白血球が減ると、抵抗力が弱くなり、風邪、肺炎、尿路感染などの感染症にかかりやすくなり、ときに重症化してしまうこともあります。

〈感染症で起こりやすい症状〉

- * 発熱(37.5℃以上)、悪寒、発汗
- * のどの痛み、咳
- * 排尿時の痛み、残尿感



日常生活のポイント

- ① 外出から戻ったら必ず、手洗い、うがいをしましょう。
- ② 外出時はマスクを着用し、なるべく人ごみを避けるようにしましょう。
また、風邪をひいている人には近づかないようにしましょう。
- ③ 入浴やシャワーで体を清潔に保ちましょう。

2) 貧血

赤血球が減ると、疲労感、めまいなどの症状が起こりやすくなります。

日常生活のポイント

立ち上がり、起き上がり、歩き出しの際はゆっくり動きましょう。

3) 出血

血小板が減ると、血が止まりにくくなるため鼻血や歯茎からの出血が起こりやすくなります。

日常生活のポイント

歯磨きや鼻をかむ時は優しく、排便時はりきみすぎないようにしましょう。
転んだり、ケガをしたりしないように注意しましょう。