

Q15

白血球が少ないと言われましたが、どうしたらいいですか？

Q14でも述べたように、白血球は骨髄という場所で作られています。抗がん剤の攻撃によって減少します。白血球が少なくなると細菌や真菌（かび類）に対する抵抗力が低下するため、感染症が起りやすくなります。

気をつけていただくこととして、感染症の予防が第一です。

- ・手をしっかり洗ってください。
- ・うがいをしっかりしてください。（最低食事の前後、外から帰ってきたときなど）
- ・歯磨きも重要です。（特に食事の前後）
- ・シャワーなどで体を清潔にしてください。
- ・水分は十分に取らしましょう。（便秘などの予防、水分は清潔なものにしてください）
- ・人ごみはなるべく避けてください。
- ・風邪の人には近づかないでください。
- ・ペットとの接触後は手洗いを十分してください。（口移しなどはしないでください）
- ・食べ物は新鮮なものを食べてください。

ただし、白血球が減少しているだけでは自覚症状は特に出ませんので、上記に気を付けつつ通常の生活を送って頂いて構いません。

白血球を増やす薬には、G-CSF^{ジーシーエスエフ}製剤があります。これは、骨髄での白血球を作る能力を高め、白血球数を早めに増やすことを目的とします。白血球数（主に好中球数）が、かなり少なくなった場合に使用する「治療的投与」と、白血球数が少なくなる時期を短くし、発熱や感染症を予防する「予防的投与」があります。また、G-CSFには連日投与するタイプの製剤と1回の投与で2週間程度の効果が期待できる製剤があります。病気によってはG-CSFが使えない場合もあります。

（菊川佳敬）

