

คู่มือ

การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยที่มีภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ
จากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด



ศิริพร ศรีแผ้ว

งานการพยาบาลผู้ป่วยนอกเคมีบำบัด กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก
โรงพยาบาลมะเร็งสุราษฎร์ธานี

คำนำ

คู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำ จากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดนี้ จัดทำขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยและครอบครัวในการดูแลสุขภาพ ในระหว่างการรักษา การรับยาเคมีบำบัดอาจทำให้ระดับเม็ดเลือดขาวในร่างกายลดต่ำลง ส่งผลให้ผู้ป่วยมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ การเผชิญกับการรักษาและผลกระทบด้านสุขภาพที่เกิดขึ้น สร้างความเครียดและวิตกกังวลได้

ในคู่มือนี้ ได้กล่าวถึงข้อมูลเกี่ยวกับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด อาการข้างเคียงต่างๆ การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำ เพื่อให้ผู้ป่วยดูแลตนเองอย่างถูกวิธี ลดภาวะเสี่ยงจากการติดเชื้อ เพิ่มความปลอดภัยให้แก่สุขภาพได้ดียิ่งขึ้น

หวังว่าคู่มือนี้ จะมีประโยชน์และช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในการดูแลตนเอง

ศิริพร ศรีแก้ว

กรกฎาคม 2568

กิตติกรรมประกาศ

การจัดทำคู่มือการดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำจากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นแหล่งข้อมูลที่มีประโยชน์และช่วยเสริมสร้างความรู้สำหรับผู้ป่วยและผู้ดูแล โดยหวังว่าจะช่วยให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม ปลอดภัย และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ในการจัดทำคู่มือนี้ ขอขอบคุณผู้เกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในกระบวนการ ทั้งแพทย์พยาบาล และผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพที่ได้ให้คำแนะนำและข้อมูลที่มีค่า ตลอดระยะเวลาดำเนินการพัฒนาคู่มือ รวมถึงผู้ป่วยและครอบครัวที่เป็นแหล่งข้อมูลตรง ซึ่งมีส่วนสำคัญในการสะท้อนข้อมูลให้ได้เข้าใจความต้องการและอุปสรรคต่างๆ ที่ต้องเผชิญในยามเจ็บป่วย

ขอขอบคุณที่ให้ความไว้วางใจในการจัดทำคู่มือนี้ และหวังว่าเนื้อหาที่ได้จัดเตรียมไว้จะเป็นประโยชน์และช่วยสนับสนุนการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยทุกคนต่อไป

ศิริพร ศรีแก้ว

กรกฎาคม 2568

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
กิตติกรรมประกาศ	
การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด	1
♦ ความหมายของยาเคมีบำบัด	1
♦ วัตถุประสงค์ของการรักษา	1
♦ วิธีการให้ยาเคมีบำบัด	1
♦ ระยะเวลาการให้ยาเคมีบำบัด	2
♦ อาการข้างเคียงจากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด	2
♦ เม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีบำบัด	2
♦ สิ่งควรทราบเกี่ยวกับภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ	3
♦ การปรับแผนการรักษาเม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีบำบัด	4
♦ การรักษาเพื่อป้องกันและรักษาการติดเชื้อ	4
♦ การรักษาอื่นๆ	4
♦ การรักษาภาวะแทรกซ้อน	5
การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำ	5
♦ การรับประทานอาหาร	5
♦ การป้องกันการติดเชื้อทางด้านทางเดินหายใจ	6
♦ การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล	6
♦ การออกกำลังกาย	7
♦ การนอนหลับพักผ่อน	7
♦ การมีเพศสัมพันธ์	7
♦ อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์	8
บทสรุป	8
ข้อมูลในการติดต่อสื่อสาร	9
ที่ปรึกษา	
ประวัติผู้เขียน	

การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด

ยาเคมีบำบัด หมายถึง “ยาที่ใช้ในการรักษามะเร็ง โดยมีกลไกหลัก คือ การยับยั้งและทำลาย เซลล์มะเร็งที่แบ่งตัวอย่างรวดเร็ว แต่ยาเหล่านี้ก็มีผลข้างเคียงต่อเซลล์ปกติในร่างกายที่แบ่งตัวเร็ว เช่นกัน เช่น เซลล์ผม เซลล์เม็ดเลือด และเยื่อในช่องปากและทางเดินอาหาร ซึ่งก่อให้เกิดผลข้างเคียงต่างๆ ได้ เช่น ผมร่วง แผลในปาก หรือเม็ดเลือดต่ำ”

การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด เป็นหนึ่งในวิธีการรักษามะเร็งที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย การใช้ยาเพื่อทำลายหรือยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง โดยยาจะถูกส่งเข้าสู่กระแสเลือดเพื่อไปจัดการกับเซลล์มะเร็งทั่วร่างกาย ซึ่งอาจใช้รักษาให้หายขาด ควบคุมโรค หรือบรรเทาอาการ วัตถุประสงค์และวิธีการขึ้นอยู่กับชนิดและระยะของมะเร็ง โดยอาจให้ยาเพียงชนิดเดียวหรือใช้ร่วมกับการรักษาอื่น ๆ เช่น การผ่าตัด หรือการฉายแสง

วัตถุประสงค์ของการรักษา

เพื่อรักษาให้หายขาด เป็นการรักษาเพื่อกำจัดมะเร็งไม่ให้กลับมาอีก

เพื่อควบคุมโรค สำหรับมะเร็งที่รักษาให้หายขาดไม่ได้ แพทย์จะใช้ยาเพื่อยับยั้งการลุกลามของโรคเพื่อบรรเทาอาการ ในผู้ป่วยระยะแพร่กระจาย เพื่อลดอาการปวดและช่วยให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

วิธีการให้ยาเคมีบำบัด

- **การฉีดเข้าหลอดเลือดดำ** เป็นวิธีที่ใช้บ่อยที่สุด โดยใช้เวลาประมาณ 30 นาที ถึง 6 ชั่วโมง
- **การรับประทานยา** ใช้ยาเคมีบำบัดในรูปแบบเม็ด ซึ่งผู้ป่วยสามารถรับประทานเองได้ที่บ้าน ตามที่แพทย์สั่ง
- **การฉีดเข้ากล้ามเนื้อ** ยาจะถูกฉีดเข้าไปในกล้ามเนื้อ บริเวณสะโพกหรือก้น ผู้ป่วยอาจรู้สึกเจ็บเล็กน้อย
- **การฉีดเข้าใต้ผิวหนัง** ใช้เข็มขนาดเล็กฉีดใต้ผิวหนัง
- **การฉีดเข้าช่องไขสันหลังหรือโพรงอื่น** เป็นวิธีเฉพาะทาง สำหรับมะเร็งบางชนิด เช่น มะเร็งสมอง



ระยะเวลาการให้ยาเคมีบำบัด

ระยะเวลาการให้ยาเคมีบำบัดแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับชนิดและระยะของมะเร็ง รวมถึงการตอบสนองของร่างกาย โดยทั่วไปจะให้เป็นรอบการรักษา ซึ่งแต่ละรอบอาจใช้เวลา 1-5 วัน และเว้นระยะห่างระหว่างรอบ ประมาณ 2-4 สัปดาห์ เพื่อให้ร่างกายได้พักฟื้น ผู้ป่วยบางรายอาจได้รับการรักษาเฉลี่ย 6-8 รอบ ตามแผนการรักษาเฉพาะบุคคลที่แพทย์วางไว้

อาการข้างเคียงจากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด

อาการข้างเคียงที่พบบ่อย ได้แก่ อาการอ่อนเพลีย คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ผอมลง ท้องเสีย และภูมิคุ้มกันต่ำลง ซึ่งอาจส่งผลให้มีอาการอื่นๆ ตามมา เช่น แผลในช่องปาก หรืออาการชา อาการเหล่านี้แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับชนิดของยาและสภาพร่างกาย

เม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีบำบัด

เม็ดเลือดขาวต่ำ หมายถึง “ภาวะที่มีจำนวนเซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดนิวโทรฟิล (neutrophil) ในกระแสเลือดต่ำกว่าปกติ ภาวะนี้ทำให้ร่างกายเสี่ยงต่อการติดเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา และเชื้อโรคอื่นๆ ได้ง่ายขึ้น เนื่องจากนิวโทรฟิลมีหน้าที่หลักในการต่อสู้กับการติดเชื้อ”

ภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ (neutropenia) คือภาวะที่มีจำนวนเซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดนิวโทรฟิลในเลือดต่ำกว่าปกติ ซึ่งทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อมากขึ้น สามารถแบ่งระดับความรุนแรงตามค่า Absolute Neutrophil Count (ANC)

Absolute Neutrophil Count (ANC) คือ จำนวนนิวโทรฟิลสัมบูรณ์ ซึ่งหมายถึง จำนวนนิวโทรฟิลทั้งหมดในปริมาณเลือดหนึ่งๆ เป็นผลการตรวจเลือดที่สำคัญในการวัดความสามารถของร่างกายในการต่อสู้กับการติดเชื้อ

ระดับความรุนแรงของภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ

ระดับ	ค่า ANC	ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ
เล็กน้อย	1,000 -1,500 เซลล์ / ไมโครลิตร	ความเสี่ยงเริ่มเพิ่มขึ้น
ปานกลาง	500 -1,000 เซลล์ / ไมโครลิตร	ความเสี่ยงสูงขึ้น
รุนแรง	น้อยกว่า 500 เซลล์ / ไมโครลิตร	ความเสี่ยงสูงมาก การติดเชื้ออาจรุนแรง

ทำไมเม็ดเลือดขาวต่ำจึงอันตราย

- นิวโทรฟิลเป็นเซลล์เม็ดเลือดขาวที่สำคัญที่สุด ในการต่อสู้กับเชื้อแบคทีเรีย
- เมื่อมีนิวโทรฟิลไม่เพียงพอ ร่างกายจะต่อสู้กับการติดเชื้อได้ยาก
- ภาวะนี้อาจทำให้การติดเชื้อธรรมดา หรือเชื้อที่ปกติอยู่ในร่างกาย กลายเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

สิ่งที่คุณควรทราบเกี่ยวกับภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ



- ภาวะนี้ทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อแบคทีเรียได้ยาก
- ไข้ เป็นอาการติดเชื้อที่พบบ่อยที่สุด และเป็นสัญญาณเตือนที่สำคัญ
- การตรวจเลือดที่เรียกว่า การนับเม็ดเลือดสมบูรณ์ (CBC) สามารถตรวจหาภาวะนี้ได้
- แพทย์จะใช้ค่า ANC เพื่อประเมินความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

เม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีบำบัด เกิดจากยาไปทำลายเซลล์ต้นกำเนิดในไขกระดูก ทำให้ร่างกายสร้างเม็ดเลือดขาวได้น้อยลง ซึ่งทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย ภาวะนี้จะเริ่มประมาณ 10-14 วันหลังได้รับยา และมักจะค่อยๆ กลับสู่ภาวะปกติภายใน 21-28 วัน การดูแลตนเองเป็นสิ่งสำคัญมาก เช่น การสังเกตอาการติดเชื้อ แผลบวม หากมีไข้หรืออาการผิดปกติ ควรไปพบแพทย์ทันที

ภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำมีความเสี่ยงหลัก คือ การติดเชื้อที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันอ่อนแอ ทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อโรคได้ยากขึ้น ซึ่งอาจนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่อันตรายถึงชีวิต อย่างภาวะติดเชื้อในกระแสเลือด หากการติดเชื้อไม่ได้รับการรักษา

อาการที่พบบ่อยของภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำ

มักเกี่ยวข้องกับอาการติดเชื้อ ได้แก่ ไข้ หนาวสั่น เจ็บคอ มีแผลในปาก ไอ หรือมีหนองไหลออกจากบาดแผล



การรักษาเม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีจะขึ้นอยู่กับความรุนแรง โดยทั่วไปแพทย์จะปรับแผนการรักษา เช่น เลื่อนเคมีบำบัดหรือลดขนาดยา และอาจให้ยาปฏิชีวนะเพื่อป้องกันการติดเชื้อ นอกจากนี้อาจมีการให้ยา ปัจจัยกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาว เพื่อช่วยให้ร่างกายสร้างเม็ดเลือดขาวได้มากขึ้น หรือหากเกิดการติดเชื้อที่รุนแรง อาจต้องนอนโรงพยาบาลและให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดดำ

การปรับแผนการรักษาเม็ดเลือดขาวต่ำจากยาเคมีบำบัด

- **เลื่อนการรักษา** หากเม็ดเลือดขาวต่ำเกินไป แพทย์อาจเลื่อนการให้เคมีบำบัดในครั้งต่อไป ออกไป
- **ลดขนาดยา** แพทย์อาจพิจารณาลดขนาดยาเคมีบำบัดในครั้งต่อไป
- **ปรึกษาแพทย์** แพทย์จะช่วยพิจารณาข้อดีข้อเสียของการปรับแผนการรักษาเพื่อให้แน่ใจว่าเคมีบำบัดยังคงมีประสิทธิภาพ

การรักษาเพื่อป้องกันและรักษาการติดเชื้อ

- **ยาปฏิชีวนะ** หากเม็ดเลือดขาวต่ำนานกว่าปกติ แพทย์อาจสั่งยาปฏิชีวนะเพื่อป้องกันการติดเชื้อ
- **ยาต้านไวรัสหรือเชื้อรา** ในบางกรณี แพทย์อาจพิจารณาให้ยาต้านไวรัสหรือยาต้านเชื้อรา เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ
- **การรักษาในโรงพยาบาล** หากเม็ดเลือดขาวต่ำร่วมกับมีไข้ซึ่งอาจเป็นสัญญาณของการติดเชื้อ ควรไปพบแพทย์ทันที และอาจต้องนอนโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาด้วยยาปฏิชีวนะ

การรักษาอื่นๆ

- **การให้ยาฉีดกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาว**
เป็นยาที่ช่วยกระตุ้นให้ไขกระดูกสร้างเม็ดเลือดขาวชนิดนิวโทรฟิลได้มากขึ้น
- **การให้เลือด** ในกรณีที่รุนแรงและมีความจำเป็น
อาจมีการให้เม็ดเลือดขาวเข้มข้น แต่ปัจจุบันมีการใช้น้อยลงเนื่องจากผลข้างเคียง



การรักษาภาวะแทรกซ้อน

การให้ยาปฏิชีวนะ สำหรับภาวะเม็ดเลือดขาวต่ำจากไขกระดูก
การเพาะเชื้อ เก็บตัวอย่างเลือด ปัสสาวะ หรือเชื้อจากบริเวณที่สงสัยเพื่อส่งตรวจเพาะเชื้อ
การให้ยาฉีดกระตุ้นการสร้างเม็ดเลือดขาว เพื่อช่วยให้ร่างกายสร้างเม็ดเลือดขาว ได้มากขึ้น

การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำ

1. การรับประทานอาหาร รับประทานอาหารที่สะอาด ไม่มีเชื้อโรค



อาหารที่ **ต้องห้าม** สำหรับผู้ป่วย

- 1 นมหรือผลิตภัณฑ์จากนม ที่ไม่ผ่านการปราศจากเชื้อ หรือ ที่ไม่ใช่นมยูเอชที
- 2 โยเกิร์ต ยาคุลท์ ไอศกรีม ที่ไม่มีเยื่อการันตีความสะอาด
- 3 น้ำผักสด น้ำผลไม้ ผลไม้ ที่ไม่ผ่านการปราศจากเชื้อ
- 4 น้ำแข็งที่ทำจากน้ำประปา ที่ไม่ผ่านการต้มหรือกรอง **หรือน้ำ** ที่มีสิ่งเจือปนเปื้อน
- 5 อาหารทุกชนิด ที่ไม่ได้ปรุงให้สุกหรือสุกๆ ดิบๆ เช่น ไข่ดาว ไข่ลวก น้ำสลัด ส้มตำ น้ำพริก และอาหารประเภทยา เป็นต้น เนื้อสัตว์ทุกชนิดต้องปรุงสุกอย่างสมบูรณ์ รวมถึงอาหารทะเลด้วย
- 6 **หลีกเลี่ยง** การเติมเครื่องปรุง ลงในอาหารที่ปรุงสุกแล้ว เช่น พริกไทย พริกป่น ถั่วลิสง เป็นต้น
- 7 **หลีกเลี่ยง** การซื้ออาหารปรุงสำเร็จตามร้านอาหารมารับประทาน
สามารถซื้ออาหารปรุงสำเร็จได้ หากมีการปรุงสุกใหม่ๆ ต่อหน้า และรับประทานทันที แต่ให้เน้นการ**หลีกเลี่ยง**อาหารที่ทำทิ้งไว้นานๆ หรืออาหารแช่แข็งที่ไม่สามารถยืนยันความสะอาดได้
- 8 **หลีกเลี่ยง** การใช้ภาชนะในการรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
- 9 **หลีกเลี่ยง** การรับประทานผักสดหรือผลไม้สด
(ผลไม้สดที่อนุญาตให้รับประทานได้ คือ ผลไม้ที่สามารถล้างภายนอกทั้งเปลือกให้สะอาด แล้วปอกเปลือกรับประทานทันที ได้แก่ ส้มโอ ส้ม กล้วย) **ผลไม้** ที่มีเปลือกหนาและปอกเปลือกได้ ถือว่าปลอดภัยที่สุด และ **หลีกเลี่ยง**ผลไม้ที่มีรอยขีด หรือมีเชื้อรา

อาหารที่**ช่วยเพิ่ม**เม็ดเลือดขาว

- **โปรตีน** ร่างกายใช้กรดอะมิโนจากโปรตีนในการสร้างเม็ดเลือดขาว ควรเลือกโปรตีนไขมันต่ำเช่น ปลา ไข่ สัตว์ปีกไร้หนัง ถั่วต่างๆ



- **วิตามินซี** ช่วยกระตุ้นให้ร่างกายสร้างเซลล์เม็ดเลือดขาว พบในผลไม้รสเปรี้ยว เช่น ส้ม มะนาว และพริกหยวกสีแดง
- **วิตามินเอ** ช่วยเพิ่มความแข็งแรงให้เม็ดเลือดขาว พบในตับ ปลา แครอท ฟักทอง บรอกโคลี และมะเขือเทศ
- **ธาตุเหล็ก** จำเป็นต่อการสร้างเม็ดเลือด พบมากในเนื้อสัตว์ เลือด ตับ เครื่องในไก่ และปลา

2. การป้องกันการติดเชื้อทางเดินหายใจ

- 1 **ห้ามนำดอกไม้สด หรือต้นไม้เข้าห้องผู้ป่วย** เพราะจะทำให้เชื้อโรคที่เติบโตได้ดีในดิน และน้ำแพร่กระจายอยู่ในอากาศ เป็นสาเหตุของการติดเชื้อสู่ผู้ป่วย
- 2 **จำกัดผู้เยี่ยมที่เสี่ยงต่อการทำให้ผู้ป่วยติดเชื้อ**
- 3 **ผู้เยี่ยมต้องล้างมือให้สะอาด และเช็ดให้แห้งหรือใช้แอลกอฮอล์ล้างมือ** ก่อนเข้ามาสัมผัสผู้ป่วย
- 4 **หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ** กรณีหลีกเลี่ยงไม่ได้ ให้ผู้ที่มีการติดเชื้อล้างมือให้สะอาด และสวมหน้ากากอนามัย โดยผู้ป่วยก็ต้องสวมหน้ากากอนามัยเช่นกัน
- 5 **หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ชุมชนที่มีผู้คนจำนวนมาก** เช่น ศูนย์การค้า โรงภาพยนตร์ บาร์ ในลิฟต์ เนื่องจากอาจสัมผัสกับผู้ติดเชื้อทางเดินหายใจได้
- 6 **หลีกเลี่ยงการเข้าไปในที่ที่มีฝุ่นมากๆ** โดยเฉพาะบริเวณที่มีการก่อสร้าง กรงเลี้ยงนก เลี้ยงไก่ เพราะเป็นแหล่งเชื้อโรคโดยเฉพาะอย่างยิ่งเชื้อรา

3. การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล

- 1 **อาบน้ำด้วยสบู่อ่อนๆ อาจใช้สบู่เด็ก** วันละ 2 ครั้ง เข้า-เย็น
- 2 **รักษาความสะอาดปาก ฟัน** โดยแปรงฟันด้วยแปรงสีฟันขนอ่อนนุ่ม ใช้ไหมขัดฟัน เพื่อป้องกันเหงือกอักเสบ (เกิร์ตเลือดต้องมากกว่า 40,000) บ้วนปากด้วยน้ำเกลือ ก่อนและภายใน 30 นาที หลังอาหารทุกมื้อ และก่อนนอน
- 3 **ล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอและเช็ดให้แห้ง** ก่อนรับประทานอาหาร ก่อนเตรียมอาหาร หลังจากเข้าห้องน้ำ ห้องส้วม หลังจับต้องสัตว์หรือสัมผัสสิ่งปนเปื้อน เสมหะ อุจจาระ มูลสัตว์ เป็นต้น

“ล้างมือให้ถูกต้อง (ตามหลัก 6 ขั้นตอน) และพกเจลแอลกอฮอล์ สำหรับล้างมือ ติดตัวเสมอเพื่อใช้ในกรณีที่ไม่มีสบู่และน้ำ”





7. อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์ก่อนนัด

- ① มีไข้สูง หนาวสั่น (วัดอุณหภูมิร่างกายสูงเกิน 38 องศา)
- ② ปวดท้อง ท้องเสียรุนแรง
- ③ ปัสสาวะแสบขัด
- ④ ไอ เจ็บคอ มีเสมหะ

“อย่ารอถึงวันนัด หากมีอาการเหล่านี้ให้ติดต่อมาที่โรงพยาบาลทันที หรือเข้ารับการรักษาที่ โรงพยาบาลใกล้บ้าน โดยนำสมุดประจำตัวผู้ป่วย (สมุดเขียว) และผลการตรวจเลือดที่ทางโรงพยาบาลให้ไว้ นำติดตัวไปด้วย”

8. การมาตรวจตามแพทย์นัดหมาย เพื่อติดตามอาการ หรือรับการรักษาอย่างต่อเนื่อง

บทสรุป

การดูแลตนเองสำหรับผู้ป่วยเม็ดเลือดขาวต่ำจากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ต้องอาศัยความเข้าใจในการรักษา และการปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสม การเข้าถึงข้อมูลและการสนับสนุนสามารถช่วยให้ผู้ป่วยจัดการกับสถานการณ์ได้เป็นอย่างดี

ในกรณีมีข้อสงสัยหรือความกังวลควรปรึกษาแพทย์ เพื่อความปลอดภัย และสุขภาพที่ดีของตนเองต่อไป

ข้อมูลในการติดต่อสื่อสาร

งานการพยาบาลผู้ป่วยนอกเคมีบำบัด	เบอร์โทรศัพท์ 077-277555 ต่อ 7667,7668 เวลาทำการ 08.30-16.00 น วันเวลาราชการ เว้นวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
งานมะเร็งนรีเวช	เบอร์โทรศัพท์ 077-277555 ต่อ 1338,1339 เวลาทำการ 08.30-16.00 น วันเวลาราชการ เว้นวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
งานการพยาบาลผู้ป่วยสามัญชาย	เบอร์โทรศัพท์ 077-277555 ต่อ 7583 เวลาทำการ 08.30-16.00 น ทุกวัน
งานการพยาบาลผู้ป่วยสามัญหญิง	เบอร์โทรศัพท์ 077-277555 ต่อ 7584 เวลาทำการ 08.30-16.00 น ทุกวัน
งานการพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ	เบอร์โทรศัพท์ 077-277555 ต่อ 1300 เวลาทำการ 08.30-16.00 น ทุกวัน

โรงพยาบาลมะเร็งสุราษฎร์ธานี

เลขที่ 431 หมู่ที่ 5 ถนนสุราษฎร์ธานี-นาสาร ตำบลขุนทะเล
อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี 84100

<https://www.suratcancer.go.th>



ที่ปรึกษา

แพทย์หญิงวัลลาวดี แยมแก้ว	นายแพทย์ชำนาญการด้านเวชกรรม สาขาอายุรศาสตร์มะเร็งวิทยา หัวหน้ากลุ่มงานอายุรศาสตร์
นางอุไรวรรณ ศุภศิลป์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ รองผู้อำนวยการด้านการพยาบาล
นางสาวนงนภัส เต็กหลี่	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานการพยาบาลป้องกันและควบคุมการติดเชื้อ
นางสาวสุชาดา ธราพร	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานการพยาบาลผู้ป่วยในศัลยกรรม



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ นางสาวศิริพร ศรีแก้ว

ภูมิลำเนา อำเภอบ้านนาสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ประวัติการศึกษา

ปี 2535 ประกาศนียบัตรการพยาบาลและการผดุงครรภ์ (ระดับต้น)
วิทยาลัยพยาบาลและผดุงครรภ์ยะลา

ปี 2542 ปริญญาตรีสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ปี 2546 ปริญญาตรีพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีราชบุรี
สถาบันสมทบมหาวิทยาลัยมหิดล

ปี 2550 หลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางสาขาการพยาบาลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
สถาบันมะเร็งแห่งชาติ

สถานที่ทำงาน งานการพยาบาลผู้ป่วยนอกเคมีบำบัด กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก
โรงพยาบาลมะเร็งสุราษฎร์ธานี อำเภอเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ