



# Neutropénie

## Qu'est-ce que la neutropénie?

- Votre sang comporte trois types de cellules : les globules blancs, les globules rouges et les plaquettes.
- Les neutrophiles sont des globules blancs qui aident l'organisme à combattre les infections.
- On parle de neutropénie lorsque l'organisme n'arrive pas à produire suffisamment de neutrophiles.
- La neutropénie vous fait courir le risque de contracter une infection plus facilement, ou d'avoir plus de difficultés à combattre une infection au besoin.

## Comment savoir si je suis atteint de neutropénie?

- Votre formule sanguine complète (test sanguin de routine) affiche le nombre de neutrophiles dans votre sang.
- Si ce nombre est trop faible, vous êtes atteint de neutropénie.
- Votre équipe de soins de santé vous préviendra si vous prenez un traitement qui vous expose à la neutropénie.

## Si vous êtes atteint de neutropénie, vous devez surveiller les signes d'infection.

- Pour une personne atteinte de neutropénie, une infection est une urgence médicale.
- Même si vous ne vous sentez pas malade, vous devez obtenir de l'aide immédiatement.

## Ce qu'il faut savoir à propos de la fièvre :

- La fièvre est le signe que votre organisme combat une infection.
- Vous avez de la fièvre si votre température orale est supérieure à 38,3 °C (100,9 °F) à tout moment OU supérieure à 38 °C (100,4 °F) pendant plus d'une heure.
- Prenez votre température à l'aide d'un thermomètre oral (par la bouche) chaque jour lorsque vous êtes atteint de neutropénie ou dès que vous vous sentez mal.
- Des médicaments tels que l'acétaminophène (Tylenol®), l'aspirine®, l'ibuprofène (Advil®, Motrin®) et d'autres peuvent dissimuler la fièvre. Consultez votre équipe de soins de santé avant de prendre l'un de ces médicaments.

---

## Si vous avez de la fièvre, consultez immédiatement votre médecin.

Vous pouvez également constater d'autres signes d'infection. Parlez à votre équipe de soins de santé ou rendez-vous immédiatement au service d'urgence le plus proche si vous constatez l'un des signes suivants :

- Sensation de chaleur ou de malaise
- Frissons ou tremblements
- Transpiration anormale
- Sensation de brûlure lorsque vous urinez, ou besoin d'uriner plus fréquent que d'habitude
- Rougeur, chaleur, enflure et écoulement de fluide d'une plaie ou de votre peau
- Toux accompagnée de mucus jaune ou vert
- Maux de gorge ou plaies buccales accompagnés de fièvre
- Diarrhée accompagnée de fièvre
- Écoulement ou démangeaison vaginaux inhabituels

## Que faire si vous êtes atteint de neutropénie :

### Maintenez une bonne hygiène et tenez-vous à l'écart des microbes :

- Lavez-vous les mains souvent à l'eau et au savon, avant de manger et après être allé aux toilettes. Ne portez pas vos mains à la bouche.
- Nettoyez immédiatement les égratignures ou coupures sur votre peau à l'eau et au savon ou avec une solution saline.
- Évitez les foules dans des lieux tels que les centres commerciaux très fréquentés ou les cinémas lorsque votre taux de neutrophiles est faible.
- Ne touchez pas d'excréments d'animaux, de litières, d'aquariums ou de cages d'oiseaux. (si vous devez ramasser derrière un animal, utilisez des gants).
- Ne travaillez pas dans le jardin ou dans la terre sans gants.

### Hygiène buccale :

- Votre bouche doit rester propre et hydratée. Voir la brochure Hygiène buccale pour de plus amples renseignements sur les bonnes habitudes d'hygiène buccale.
- Consultez votre médecin avant tout examen et intervention dentaire ou toute autre procédure médicale.

### Manger et boire :

- Suivez un régime équilibré. Lavez tous les fruits et légumes. Évitez la viande crue, le poisson cru et les fromages à pâte molle. Cuisez votre nourriture à une température sécuritaire.
- Buvez 6 à 8 tasses de liquides par jour, sauf indication contraire de votre équipe de soins de santé.
- Ne partagez pas vos verres ou vos couverts. .

### Vaccins :

- Ne vous faites pas vacciner sans l'accord de votre médecin.

### Éviter les coupures ou déchirures dans la zone anale (postérieur) :

- Évitez la constipation et ne forcez pas lorsque vous allez aux toilettes. Si vous avez besoin d'un laxatif, demandez à votre équipe de soins de santé de vous en recommander un.
- Évitez les suppositoires ou les lavements lorsque votre taux de neutrophiles est faible.