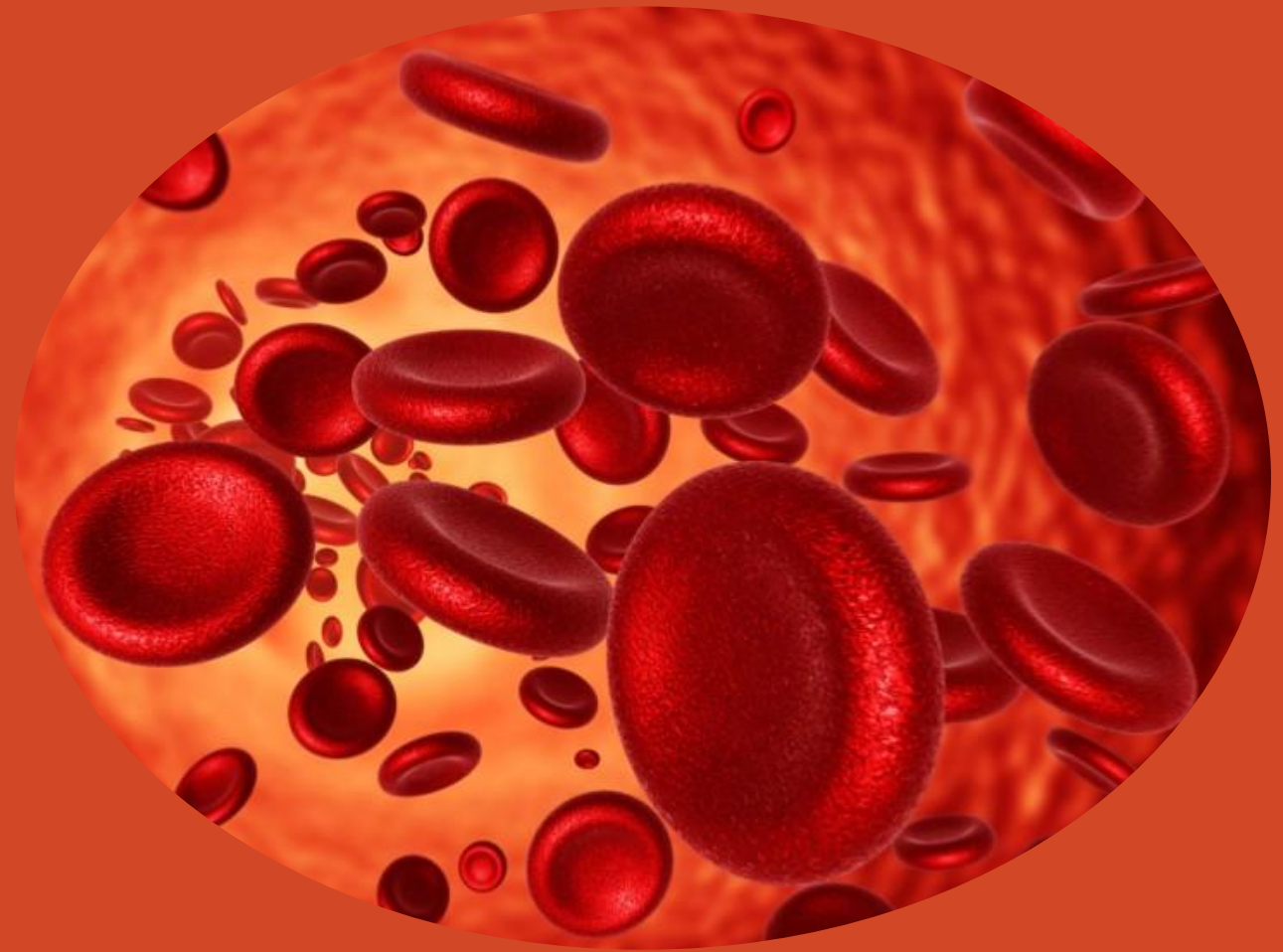


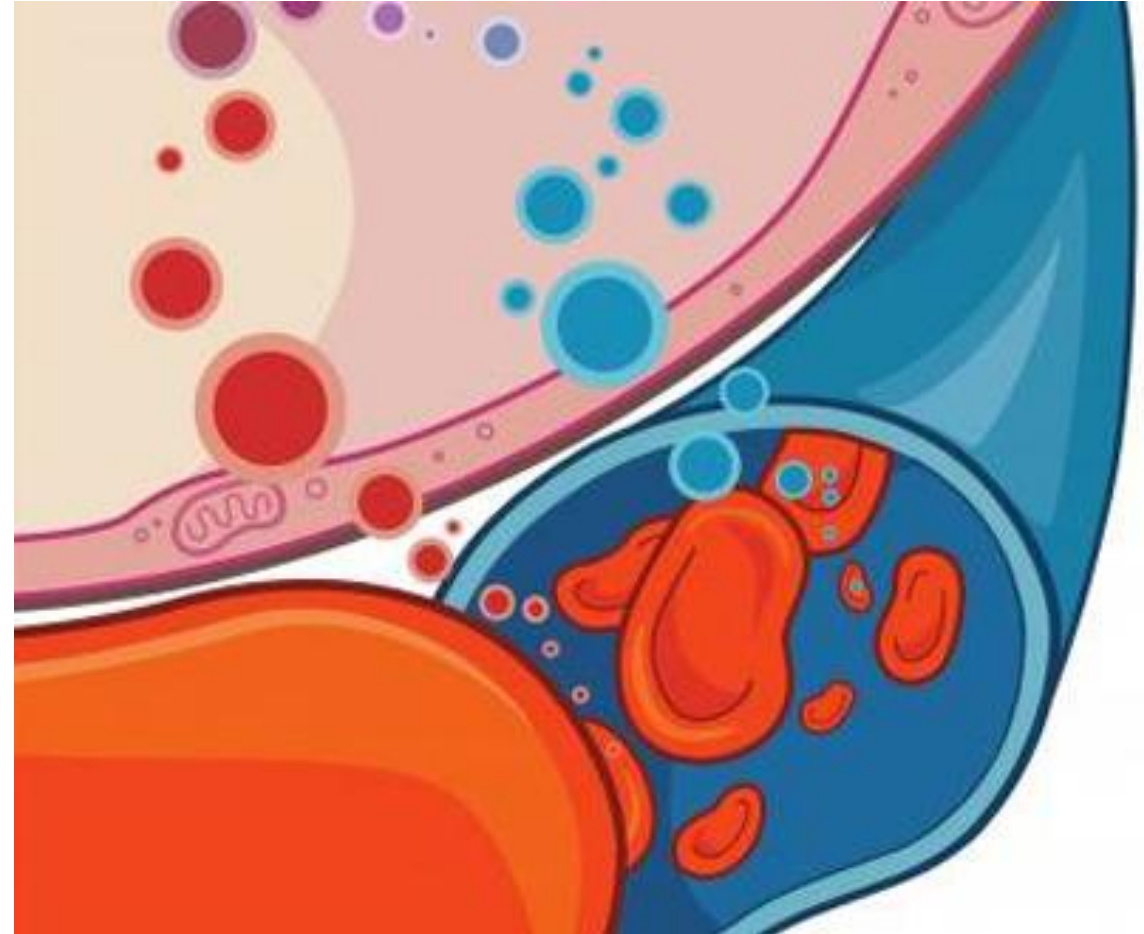
Анемия



iKaz.info

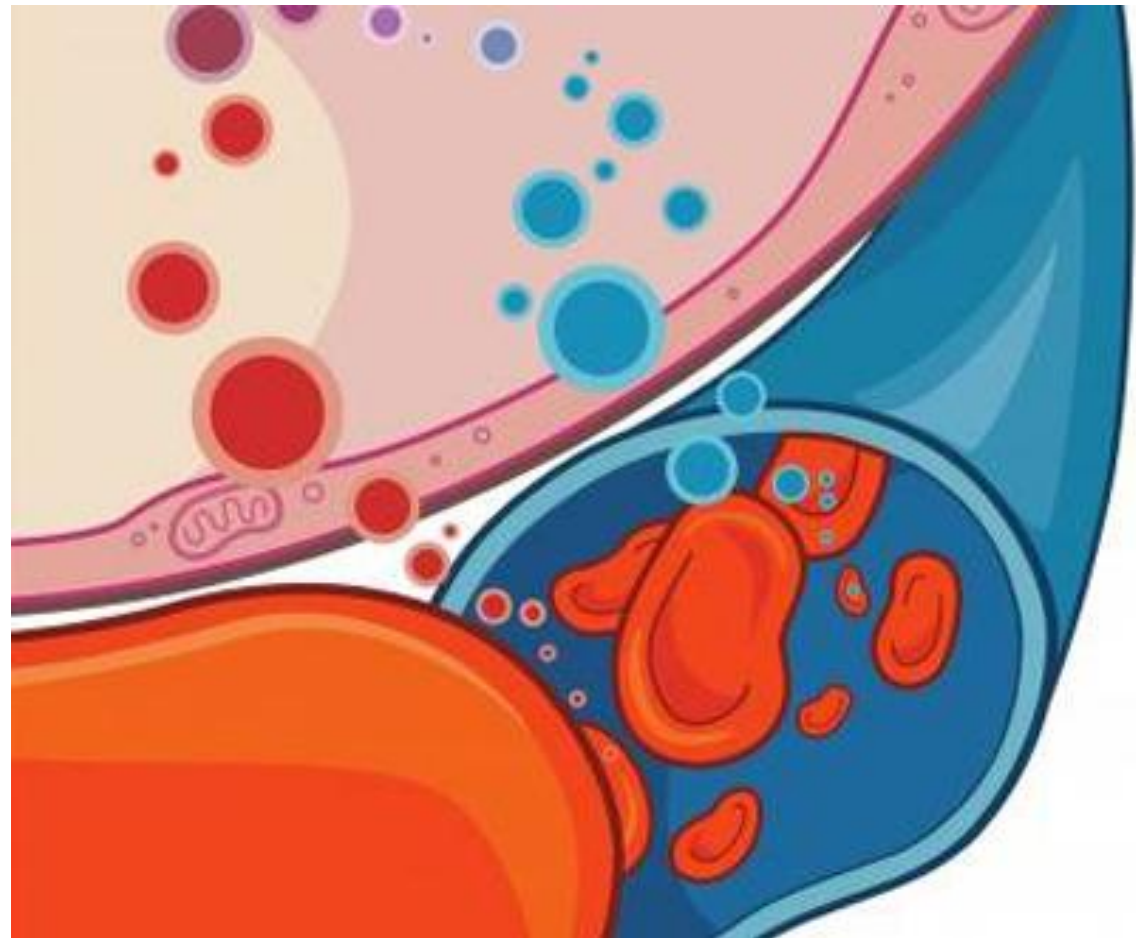
Анемия

Анемия деп қанның белгілі көлемінде гемоглобиннің және эритроциттердің, жиі олардың сапалық өзгерістерімен қабаттасатын мөлшерінің азаюын айтады. Кейде эритроциттердің саны азаймауы мүмкін (теміртапшылықты анемия, талассемия).



Анемия туралы жалпы түсінік

Анемия (гр. *αναμία*, қан аздығы) ауырған адамның қаны «сұйылып» кетеді, бұл аурудың сипаты ағза қан деңгейін қалыпқа келтіріп үлгергенше қанның азайып немесе жойыла бастауымен байланысты айқындалады. Үлкен жарақаттар алғанда, аузы ашылып кеткен асқазан жарасы, іш сүзегі (дизентерия) негізіндегі қанның тоқтамауы адамды анемия ауруына шалдықтыруы мүмкін. Қанның қызыл түйіршіктерін жойып жіберетін безгек (малярия) ауруы да анемия дертін қоздырушы болып табылады. Күнделікті тамақ рационында темір құрамдас заттардың болмауы да осы ауруды қоздырып, ушықтыра түседі.



Анемия критерилері:

Ерлерде гемоглобин 130г/л және әйелдерде 120 г/л төмен, жүкті әйелдерде 110 г/л аз;
Эритроциттер ерлерде $4 \times 10^{12}/л$ және әйелдерде $3,5 \times 10^{12}/л$ төмен; Гематокрит индексі ерлерде 40 әйелдерде 36 төмен.
Анемия критеріі (ДСҰ): Ерлер үшін: гемоглобин деңгейі <130 г/л гематокрит 39% төмен; Әйелдер үшін: гемоглобин деңгейі <120 г/л гематокрит 36% төмен;



Анемияның белгілері

Терінің бозарып, қуарып өңі қашады

Қабақ үсті терісінің өңі кетіп, бозарады:

Тіс қызыл еті қаны қашып ағарады.

Тырнақ ағарып кетеді, әлсіздену, тез шаршау пайда болады

Анемияның ауыр түрінде бет-аяқ ісініп, жүрек соғысы жиілейді, демігу пайда болуы мүмкін.

Топырақ, бор жеуге әуес балалар мен әйелдер әдетте анемия зардабын шегеді.



Анемия түрлері

Анемияны жіктеу негіздері: түстік көрсеткіші бойынша анемиялар гипохромдық (түстік көрсеткіші 0,8-ден төмен), нормохромдық (түстік көрсеткіші 0,8-1,0) гипохромдық (түстік көрсеткіші бірден жоғары) болып бөлінеді. *Эритроциттердің орташа диаметрі бойынша* анемиялар микроциттік (7,2 мкм кішкене), нормоциттік (7,2-8,0 мкм) және макроциттік (8,1-9,5 мкм) болады. *Сүйек кемігі қызметінің анемияға жауап ретінде қалпына келу қабілетіне қарай* регенерациялық (сүйек кемігінің қызметі жеткілікті), гипорегенациялық (сүйек кемігінің қызметінің қалпына келуі төмендеген), гипоплзиялық немесе аплазиялық (сүйек кемігі қызметі тым қатты азайған немесе жоғалған) анемиялар болады.

Этиологиясы бойынша тұқым қуатын және жүре пайда болған анемиялар болған анемиялар деп бөлінеді.

Патогенезі бойынша: 1. Қансыраудан болатын немесе постгеморрагиялық анемиялар; 2. Қан ыдырауы күшеюінен болатын немесе гемолиздік анемиялар; 3. Қан өндірілуі бұзылуынан болатын немесе дизэритропоездік анемиялар болып ажыратылады.

Темір жетіспеушілік анемия ұғымы

Темір тапшылықты анемия (ТТА) – қан сарысуында, сүйек миында, деполарда темірдің жетіспеуінен дамиды. Темірдің тапшылығынан гемнің және құрамына темір кіретін ақуыздардың синтезі бұзылады. Темірдің тапшылығы екі түрлі бұзылысқа әкеледі – сидеропенияға және анемияға. Гемоглобин синтезінің бұзылысынан анемия дамиды, миоглобиннің және құрамына темір кіретін ферменттердің синтезінің бұзылысынан сидеропениялық синдром пайда болады. Сидеропениялық синдром анемияның көрінісінен бұрын дамиды, бірақ науқас оның белгілерін елеместен жүре береді.



Анемияны емдеу және одан сақтану шаралары

Құрамы темірге бай тағамдармен тамақтаныңыз. Ет, балық және тауық еті құрамында темір мөлшері көп. Көкбұршақ, асбұршақ, жасымық (чечевица), қанық жасыл жапырақты көкөністерде де темір бар. Сондай-ақ асты темір қазан, құтыларға пісіргеннің пайдасы зор. Организмнің темірді сіңіріп қабылдауы үшін негізгі тағамға қоса көкөніс пен жеміс-жидек жеген дұрыс, кофе мен шәйді тамақтанып болғаннан соң ішу керек.

Анемияның қалыпты және ауыр түрімен ауырғанда темір қоспалы дәрі-дәрмек қабылдау қажет (темір сульфаты таблеткалары). Бұны, әсіресе, анемиямен зардап шегетін жүкті әйелдер ішуі керек. Анемияның барлық түрінде де темір сульфаты таблеткалары бауыр экстракты мен В12 витаминіне қарағанда анағұрлым пайдалырақ. **Темір қоспалы дәріні әдетте ектіру арқылы емес, таблетка түрінде қабылдайды**, өйткені ине салғызу қанша дегенмен қауіпті және әсер ету күші жағынан да ішетін дәріден артықшылығы жоқ

Егер анемия іш сүзегі (іштен қан өту) салдарынан нематода жұққаннан, безгек зардабынан пайда болса, онда адамды анемиямен ауыруға себеп болған осы аурулардан емдеу керек.

Анемия ауыр формаға ауысып, ем қонбаған жағдайда уақыт оздырмай дәрігерге көрінген жөн. Бұл әсіресе жүкті әйелдерге қатысты.

Әйелдер арасында анемиямен ауыратындары көп. Мұндай сырқатпен ауырған әйелдерде түсік тастау және босанған кезде қатты қансырау қаупі зор. **Әйелдердің темір қоспасы көп тағамдарды мүмкіндігінше көбірек ішіп-жегені дұрыс**, әсіресе жүкті кезінде дұрыс, жақсы тамақтануға мән бергендері жөн. Жүктіліктің арасына 2-3 жыл уақыт салу әйелге күш жинап, денсаулығын нығайтып алуға мүмкіндік туғызады.