فقر الدم

فقر الدم هو نقص في عدد كريات الدم الحمراء السليمة أو في كمية الخضاب الدموي(الهيموغلوبين) الذي هو أحد البروتينات الأساسية المسؤولة عن اللون الأحمر للكريات وتمكنها من نقل الأوكسجين.

أنواع فقر الدم

– فقر الدم الناتج عن نقص فيتامينات ب و حمض الفوليك
– فقر الدم الناتج عن نقص الحديد

– فقر الدم الانحلالي
– فقر الدم اللاتنسجي

– فقر الدم بلاكفان ـ دياموند أو عدم التنسج الصرف لكريات الدم
– فقر الدم فانكوني

– فقر الدم الوبيل الناتج عن نقص فيتامين ب12
– فقر الدم المنجلي
– الثلاسيميا

نقص الحديد يؤدي إلى نقص في كمية الخصاب الدموي، ما يؤثر على قدرة النخاع العظمي في تكوين الكريات الحمراء، والسبب فترات الحيض، وأمراض بأجهزة الجسم كالجهاز البولي والجهاز الهضمي، والسرطانات و النزيف الشديد .

أسباب فقر الدم

– النزيف
– ضعف إنتاج الكريات الحمراء
– تكسير كريات الدم الحمراء
– الأمراض المزمنة والأدوية قد تكون سببا كالسرطانات والعلاج الكيميائي الذي يحدث أضرارا بالنخاع العظمي وبالتالي النقص في كمية الكريات الحمراء.
– مرض السيدا
– الحمل بفعل تغير مستوى الحديد وحمض الفوليك بالدم
– التغذية التي تفتقر إلى الحديد والفيتامين ب أو نقص حمض الفوليك تؤثر على تكوين خلايا الدم الحمراء.
– الهرمونات (الإيريتروبويتين)
– بعض الأطفال يولدون بعجز يصيب النخاع العظمي بحيث يكون غير قادر على تكوين خلايا الدم ، يكون أخذ بعض الأدوية أو المواد السامة هو السبب .

– الطحال يخلص الجسم من كريات الدم الحمراء غير الطبيعية في بعض الحالات، ويقضي على كميات كبيرة من هذه الكريات في بعض الأمراض الوراثية أو يسبب خللا في بعض الأنزيمات .
– أمراض المناعة الذاتية قد تؤدي إلى حدوث نوع نادر وخطير من فقر الدم.

الأشخاص الأكثر عرضة لهذا المرض

بعض المجموعات العرقية
النساء أكثر عرضة إلى فقر الدم بفعل الدورة الشهرية.
خلال السنة الأولى عند بعض المواليد الخدج.
الأطفال الذين لم يستفيدوا من الحليب المدعم بالحديد.

أعراض فقر الدم

– العياء العام والإرهاق
– شحوب الجلد
– تسارع أو عدم الانتظام في ضربات القلب
– انقطاع أو ضيق التنفس
– ألم في الصدر
– الدوار
– صعوبة في التركيز أو التفكير
– الإحساس بالبرودة في الأطراف
– الصداع
– تكسر الأظافر
– عدم انتظام ضربات القلب و أمراض القلب
– التاثير على مجموعة من الأعضاء التي لا تتوصل بالكمية الكافية من الأوكسجين

تشخيص فقر الدم:

من خلال معاينة المريض و طرح مجموعة من الأسئلة، وتحديد حجم الطحال
تعداد خلايا الدم الحمراء وتركيز الخصاب الدموي.
تحديد مستوى الحديد بالدم
مستوى الترنسفيرين
قياس الفيتامينات بالدم
اختبار النخاع العظمي

استعمال التنظير الطبي

العلاج:

قد يصف الطبيب أدوية لمساعدة الجسم على تكوين خلايا الدم الحمراء أو لعلاج السبب الكامن وراء فقر الدم. بعض هذه الأدوية تشمل:
المضادات الحيوية لعلاج الالتهابات
الهرمونات لعلاج نزيف الحيض عند النساء
الإرثروبويتين لتحفيز الجسم على إنتاج خلايا الدم الحمراء.

أدوية لمنع جهاز المناعة من تدمير خلايا الدم الحمراء

فقر الدم الحاد يحتاج إلى نقل الدم وفي بعض الحالات إلى زرع خلايا جذعية للنخاع العظمي.
العملية الجراحية
تدخل الجراحة عند حدوث نزيف خطير مهدد للحياة بسبب قرحة في المعدة أو سرطان القولون.
إزالة الطحال عند تضخمه و تدميره لخلايا الدم بشكل كبير
الوقاية من فقر الدم
نظام غذائي متوازن غني بالحديد والفيتامينات (فيتامين سي و حمض الفوليك و ب)
غذاء مدعم بالحديد للأطفال والرضع و عند النساء الحوامل
علاج الالتهابات و الأمراض المزمنة
المصدر: المكتبة الوطنية الأمريكية للطب