

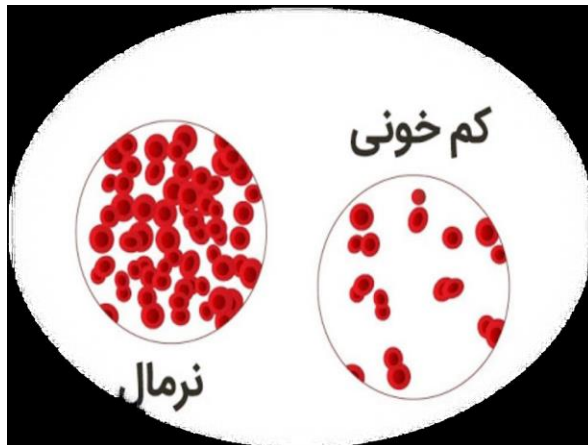


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

کم خونی

ویژه بیماران همراهان



واحد آموزش سلامت - بهار 1404

تاییدکننده: کارگروه بخش داخلی

کدسند: EH-MN/Pat Edu Pam/00-01

منبع: برونر سوارث

شماره تماس: 04435661820 داخلی 1246

داروهای درمان کم خونی :

داروهای مختلفی برای درمان کم خونی استفاده می شود، اما مدت زمان بیشتری طول می کشد تا بر روی فرد تاثیر بگذارد، در برخی موارد آهن، ویتامین ب 12 و مکمل اسید فولیک می تواند کمک کننده باشد، همچنین یک شکل آهن مایع وجود دارد که می تواند به درستی به خون فرد تزریق شود. راه دیگر درمان کم خونی در برخی بیماران این است که از داروهایی استفاده کنند که به بدن اجازه می دهد گلبولهای قرمز بیشتری تولید کند، این داروها مانند هورمون اریتروپویتین ساخته شده به وسیله کلیه ها کار می کنند و به بدن برای اینکه سلولهای قرمز جدید بسازد کمک می کند. این دارو به پوست تزریق می شود و حدود دوهفته طول می کشد تا بر روی فرد تاثیر بگذارد. در موارد کم خونی شدید نیاز به تزریق خون می باشد.

جهت دریافت
فایل می توانید
بارکد را با تلفن
همراه خود اسکن
نمایید

بعضی از نشانه های جدی کم خونی :

- درد قفسه سینه
 - ضربان قلب سریع
 - تورم پاها
 - احساس سرگیجه یا منگی
 - احساس تنگی نفس وقتی که کار می کنیم
- اگر هر کدام از این علائم را داریم، باید بلافاصله به پزشک مراجعه کنیم.

کم خونی چگونه درمان می شود؟

دو هدف اصلی درمان کم خونی عبارتند از، درمان علت کم خونی و افزایش سطح هموگلوبین تا بهبود علائم با توجه به علت کم خونی، درمان آن ممکن است شامل مواردی مانند خوردن غذاهای سرشار از آهن، داروها، تاخیر یا تغییر برخی درمان ها باشد، اگر نیاز است که سطح هموگلوبین به سرعت بالا برود، ممکن است تزریق گلبولهای قرمز برای فرد تجویز شود.

مواد غذایی سرشار از آهن برای درمان کم خونی :
اگر کم خونی خفیف باشد، از فرد خواسته می شود از غذاهای سرشار از آهن استفاده کند، غذاهای دارای مقدار زیاد آهن عبارت است از :

گیاهان سبزی تیره، سبزیجات برگی مانند اسفناج
سیب زمینی شیرین، آلو و کشمش، زرد آلو و هلو خشک
لوبیا، گوشت و ماهی و جگر
نان، غلات و ماکارونی غنی شده

آنمی یا کم خونی چیست و چگونه می توان

آن را درمان کرد؟

هنگامی که به اندازه کافی گلبولهای قرمز خون سالم نداریم، وضعیتی به نام کم خونی (آنمی) وجود دارد، آنمی به این معنی است که خون، هموگلوبین که بخشی از سلولهای قرمز خون است و اکسیژن را به تمام سلولها منتقل می کند، کم دارد.

کم خونی در بیشتر موارد به آرامی شروع می شود، بنابراین ممکن است در ابتدا متوجه علائم آن نشویم، همانطور که سطح هموگلوبین پایین می آید، ممکن است یک یا تعداد بیشتری از علائم زیر را داشته باشیم:

ضربان قلب سریع

نفس تنگی

مشکلات تنفس هنگام انجام کارهایی مانند راه رفتن، بالا رفتن از پله ها و یا حتی صحبت کردن

سرگیجه

درد قفسه سینه

تورم دست یا پا

رنگ پریدگی پوست، ناخن، دهان و لثه

خستگی شدید (شایع ترین علامتی است که بیشتر افراد را آزار می دهد)



آزمایش های نشاندهنده علت کم خونی :

شمارش کامل سلولهای خون: یک آزمایش خون است که سطح هموگلوبین و دیگر ویژگی های گلبول قرمز را اندازه گیری می کند، این آزمایش نه تنها کم خونی را نشان می دهد، بلکه می تواند به پزشک در پیدا کردن دلیل کم خونی کمک کند.

ممکن است به آزمایش های دیگری نیاز داشته باشیم تا به پیدا کردن آنچه باعث کم خونی می شود، کمک کند، این آزمایش ها شامل موارد زیر است:

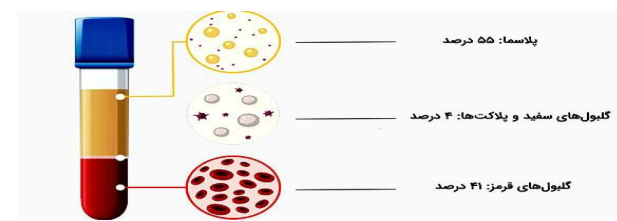
آزمایش های شیمی خون برای بررسی عملکرد اعضا و سطح ویتامین ها و مواد معدنی

آزمایش خونی به نام شمارش رتیکولوسیت (گلبولهای قرمز بسیار جوانی هستند که تنها از مغز استخوان آزاد می شوند، بنابراین این آزمایش نشان می دهد که تعداد سلول های قرمز جدید بدن چند عدد است)

آزمایش مغز استخوان

آزمایش خون برای بررسی سطح آهن خون

آزمایش مدفوع برای بررسی خون (به نام آزمون خون پنهان در مدفوع)



کم خونی موجب چه مشکلی می شود؟

فهمیدن علت کم خونی مهم است فاما نخستین چیزی که پزشک باید بداند این است که شدت این مشکل چقدر است؟ کم خونی میتواند کیفیت زندگی را تحت تاثیر قرار دهد، کم خونی میتواند باعث خستگی شود زیرا سلولهای بدن به اندازه کافی اکسیژن دریافت نمی کنند، در بعضی موارد این کمبود اکسیژن ممکن است به اندازه کافی بای تهدید کردن زندگی بد باشد، کم خونی می تواند موجب کار بیشتر قلب شود. بنابراین اگر دچار مشکل قلبی هستیم، کم خونی می تواند آن را بدتر کند.

شدت کم خونی چقدر است؟

پزشکان در بیشتر موارد، شدت کمخونی را از روی هموگلوبین خون تعیین می کنند، با وجود اینکه علائم فرد ممکن است با هموگلوبین مطابقت نداشته باشد، پزشکان در هنگام تصمیم گیری برای درمان کم خونی از این روش استفاده می کنند. کمخونی خفیف: هموگلوبین بین 10 و 12 واحد پایین طبیعی برای سن، جنس و تعریف آزمایشگاه

کم خونی متوسط: هموگلوبین 8 تا 10 گرم در دسی لیتر

کم خونی شدید: هموگلوبین 5/6 تا 8 گرم در دسی لیتر

کم خونی تهدید کننده زندگی: هموگلوبین کمتر از 5/6

