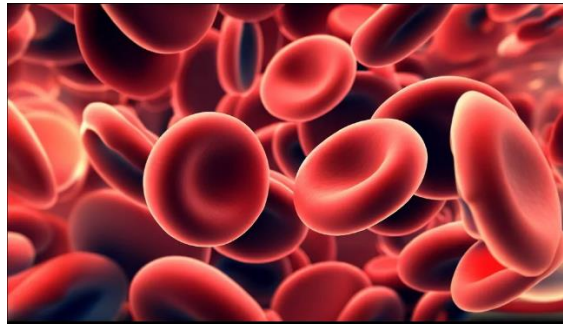


کم خونی

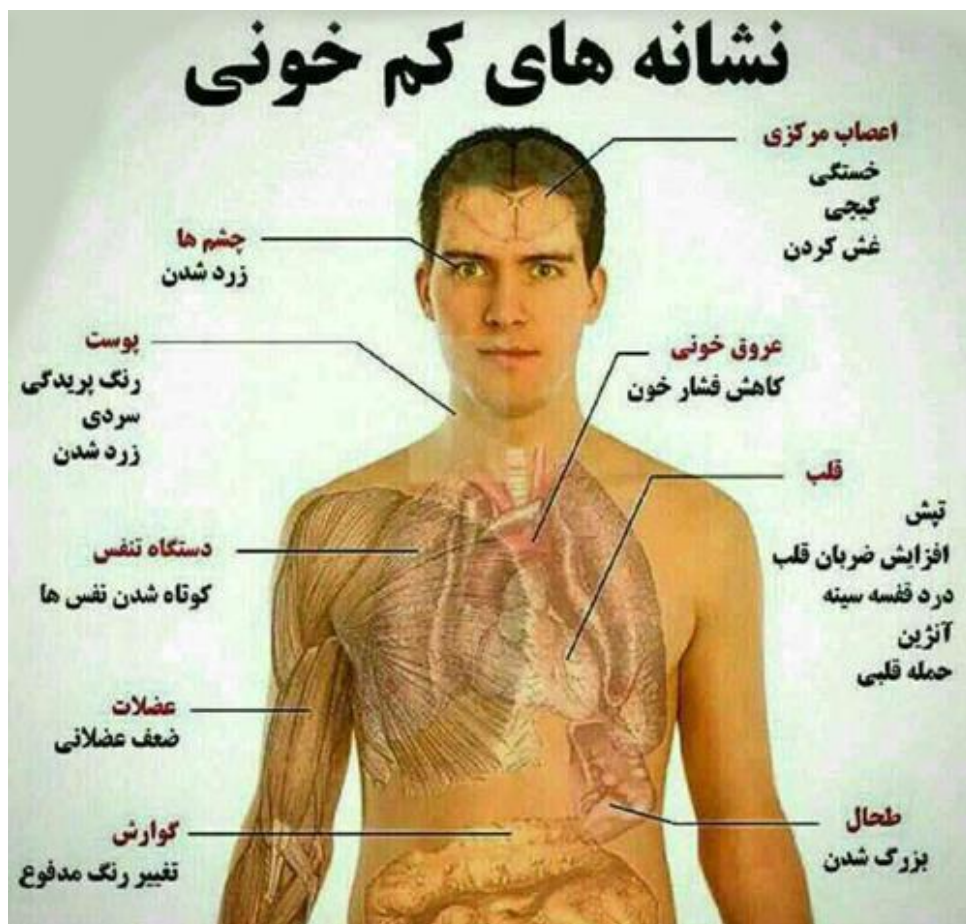
کم خونی یا آنمی چیست؟

اکثر بیماران مبتلا به اختلال عملکرد کلیه که به طور مزمن دچار نارسایی کلیه شده‌اند دچار کم خونی می‌شوند که شدت آن در بیماران مبتلا به نارسایی پیشرفته که تحت همودیالیز مزمن می‌باشند بیشتر است. بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی هموگلوبین کمتر از 13 گرم بر دسی‌لیتر در مردان و زنان یائسه و هموگلوبین کمتر از 12 گرم بر دسی‌لیتر در زنان قبل از یائسگی، آنمی محسوب می‌شود.



کم خونی در بیماران مبتلا به نارسایی کلیه می‌تواند به تدریج به اختلالات فیزیولوژیک متعددی منجر شود که از آن جمله کاهش اکسیژن رسانی بافتی، بزرگی قلب، اختلالات در سیستم ایمنی و... می‌باشد. در مجموع کم خونی کیفیت زندگی و نیز طول عمر را کاهش می‌دهد.

علائم و نشانه های کم خونی



کم خونی مدتی طول می‌کشد که پیشرفت کند. در شروع شما هیچ گونه علامتی ندارید. ولی با پیشرفت کم خونی در اغلب موارد در صورتی که هماتوکریت کم تر از 30 درصد باشد علائم آنمی بروز می‌نماید.

سایر علائم:

- ✓ تحریک پذیری
- ✓ عدم تحمل سرما
- ✓ اختلال در تمرکز، تفکر و حافظه
- ✓ بی خوابی
- ✓ سردی و بی حسی دست و پا
- ✓ اختلالات جنسی

علل کم خونی

کم خونی در بیماران نارسایی کلیه علل مختلف و متعددی دارد. کم خونی در بیماران کلیوی اغلب ناشی از این است که کلیه قادر به تولید کافی هورمون اریتروپوئیتین نمی‌باشد و در بعضی از بیماران با نارسایی کلیه، مثلاً افراد مبتلا به دیابت و کلیه پلی کیستیک با درجه اختلاف عملکرد کمتری، ایجاد میشود.

این هورمون یک محرک لازم برای خون سازی می‌باشد. فقدان این هورمونف یکی از دلایل اصلی کم خونی در این بیماران می‌باشد.

از دیگر دلایل کم خونی در این افراد، کاهش طول عمر گلبول قرمز است که به دلیل وجود سموم ناشی از کاهش عملکرد کلیه می‌باشد.

سایر دلایل کم خونی در این بیماران شامل کمبود فولات، کمبود آهن، پرکاری پاراتیروئید، فیبروز مغز استخوان و هموگلوبولینوپاتی ها می‌باشد. در مواردی که درصد اشباع آهن کمتر از 20 درصد و فیریتین کمتر از 100 باشد، حتما باید جایگزینی آهن مدنظر قرار گیرد.

سایر علل کم خونی:

- ✓ خونریزی های گوارشی
- ✓ نمونه گیری خون به شکل مکرر
- ✓ کم کاری و پر کاری تیروئید
- ✓ از دست دادن خون طی عمل کاتتر گذاری،
- ✓ خون ریزی در حین دیالیز
- ✓ کورتکس و فیستول
- ✓ لخته شدن خون در ست و صافی

درمان کم‌خونی

✓ مصرف داروهای تجویز شده توسط پزشک

✓ آمپول اپرکس: در دمای 2 تا 8 درجه سانتی گراد نگهداری و از یخ‌زدگی آن جلوگیری شود. رنگ محلول

باید شفاف باشد. قبل از تزریق فشارخون کنترل شود در صورت فشار بالای 160 میلی‌متر جیوه، با

هماهنگی پزشک تزریق شود.

هیچ گاه آمپول اپرکس در کنار یخ یا مستقیماً روی یخ گذاشته نشود. جهت انتقال به مرکز درمانی از cold box یا

کیف یخ استفاده شود.

✓ آمپول venofer به نگهداری در یخچال نیاز ندارد.

مواد غذایی خون‌ساز

✓ مواد پروتئینی: گوشت قرمز، گوشت سفید، تخم مرغ

✓ لبنیات

✓ حبوبات و غلات

✓ سبزیجات با برگ تیره و میوه



مواد غذایی خون ساز با توجه به محدودیت های غذایی بیماران همودیالیز بر اساس راهنمای بخش تغذیه مصرف
شود.