

Семейка

# АНЕМИЯ

- Анемия (гр. αναιμία, 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.

## **ҚАН АУРУЛАРЫ:**

1. Анемия-қаназдық : темір, гемоглобин, эритроциттер немесе қантапшылығы
2. Гемофилия-іштен қан ұйымайтын болып туған ауру
3. Лейкемия- «аққан», қан обыры: лейкоциттердің-қанның ақ жасушаларының молдығы.

<b>Жасы</b>	<b>Гемоглобин қыз бала, г/л</b>	<b>Гемоглобин ұл бала, г/л</b>
1-3 күн	145–225	145–225
1 апта	135–215	135–215
2 апта	125–205	125–205
1 ай	100–180	100–180
2 ай	90–140	90–140
3-6 ай	95–135	95–135
6 ай - 2 жас	106–148	114–144
3-6 жас	102–142	104–140

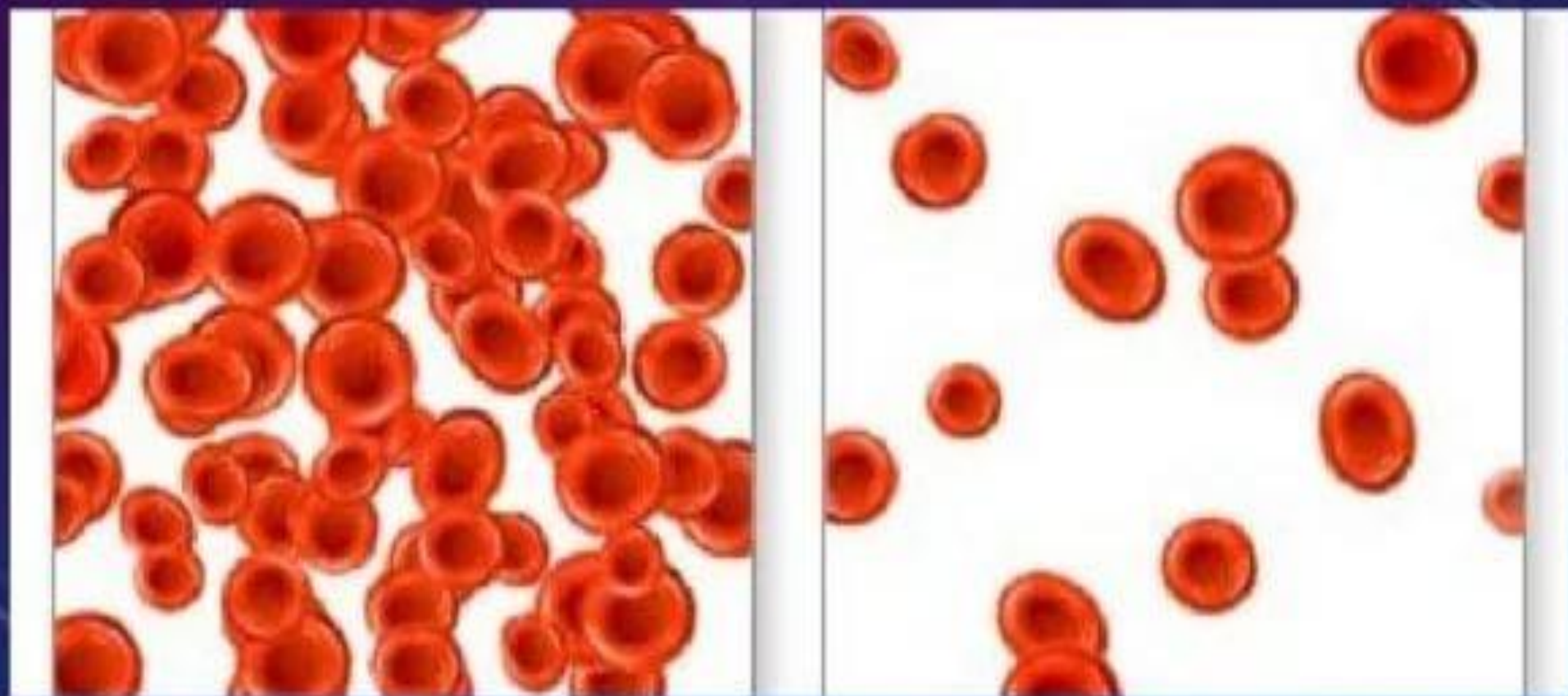
## Жалпы қан анализінің кестелік көрсеткіші

Көрсеткіш	қалыптысы
Гемоглобин	Ерлер: 130-170 г/л
	Әйелдер: 120-150 г/л
Эритроциттер <input type="checkbox"/> Прямо	Ерлер: $4,0-5,0 \cdot 10^{12}/л$
	Әйелдер: $3,5-4,7 \cdot 10^{12}/л$
Лейкоциттер саны	шамамен $4,0-9,0 \times 10^9/л$
Гематокрит	Ерлер: 42-50%
	Әйелдер: 38-47%
Эритроциттің орташа көлемі	Шамамен $86-98 \text{ мкм}^3$
Лейкоцитарлы формула	<p>Нейтрофилдер:</p> <p>Сегментоядролы форма 47-72%</p> <p>Таяқшаядролы форма 1- 6%</p> <p>Лимфоциттер: 19-37%</p> <p>Моноцит: 3-11%</p> <p>Эозинофилдер: 0,5-5%</p> <p>Базофилдер: 0-1%</p>
Тромбоциттер саны	шамамен $180-320 \cdot 10^9/л$
ЭТЖ (Эритроциттер түну жылдамдығы)	Ерлер: 3 - 10 мм/ч
	Әйелдер: 5 - 15 мм/ч

- Әйелдердегі анемия дертін қоздыруға етеккір келген кезде немесе дұрыс тамақтанбай ағзасы әлсіреген әйелден босанған кезде тоқтамай аққан қанның да тигізер салдары бар. Әсіресе анемияның ауыр түрімен құрсағындағы баласына керекті қосымша қан мөлшерін қамтамасыз етуге тиісті жүкті әйелдер ауыруы мүмкін.

*Егер темір жетіспесе, баршамызға белгілі  
«анемия»  
(қан аздық) ауруы пайда болады.*

Дені сау адам эритроциттері      Ауруға шалдыққан адам эритроциттері



## Ерлер мен Әйелдерде темірді жоғалту мөлшері

1. нәжіспен (тағамнан қорытылмаған темір; өтпен, ішектің түлеген эпителиімен бөлінетін темір; нәжістегі эритроциттердің құрамындағы темір)	0,8 мг/тәулік
2. терінің түлеген эпителийімен	0,1 мг/тәулік
3. зәрмен	1 мг/тәулік
<b>Әйелдерде темірді қосымша жоғалту мөлшері</b>	
1. етеккір	30-60 мл қан (15-30мг темір)
2. жүктілік	500мг (нәрестеге-300 мг плацентаға-200 мг)
3. босану	50-100мг
4.лактация	400-700 мг



- Балаларда анемия олардың ішетін тамағында темір құрамдас заттардың жетіспеушілігінен де және оларды 6 айлығынан кейін қосымша тамақтандырмағандықтан да болады. Көбіне жас балалардағы анемия себептерін олардың нематодты (паразит) құрттарды жұқтыруы созылмалы іш өту және іш сүзегімен ауыруы туындатады.

# •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 ойындар едетте анемия сарлабын шөгеді

# •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.

# • 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