



# «ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНАЯ АНЕМИЯ»

# Железодефицитная анемия

- Железодефицитная анемия (малокровие) – патологический синдром, характеризующийся уменьшением количества эритроцитов и гемоглобина крови.
- Железодефицитные анемии относятся к категории самых распространенных видов малокровия. Их частота около 80% среди всех аналогичных форм.

# Этиологические факторы абсолютного недостатка железа:

- Потери при кровотечениях (травма, месячные);
- Недостаточное усвоение при заболеваниях кишечника;
- Патология печени с нарушением выработки транспортных белков (ферритин, трансферрин).

# Причины относительной недостаточности железа:

БЕРЕМЕННОСТЬ



# Причины относительной недостаточности железа:

ЗАНЯТИЕ  
СПОРТОМ



# Причины относительной недостаточности железа:

КОРМЛЕНИЕ  
ГРУДЬЮ



# Причины относительной недостаточности железа:

НЕДОСТАТОЧНОЕ  
ПОСТУПЛЕНИЕ С  
ПИЩЕЙ



# Причины относительной недостаточности железа:

→  
Вегетарианский  
рацион





# СТАДИИ АНЕМИИ:

- Прелатентный;
- Латентный;
- Выраженный дефицит железа.

# Первые симптомы железодефицитного малокровия

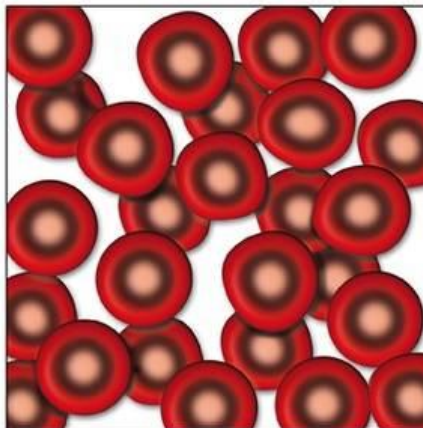
- Недомогание;
- Снижение работоспособности;
- Слабость;
- Извращение вкуса;
- Сухость волос;
- Жжение во влагалище у женщин;
- Ломкость ногтей;
- Атрофия сосочков языка.

# Симптомы латентной анемии железодефицитной

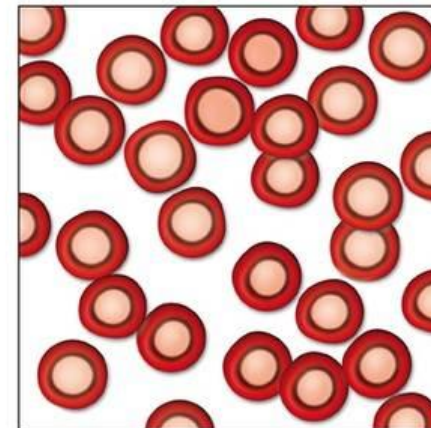
- Бледная кожа с зеленоватым оттенком;
- Образование трещин в уголках рта;
- Истончение волос;
- Ложкообразная форма ногтей;
- Мышечная слабость;
- Боли в животе при поражении слизистых оболочек органов пищевода.

# Степени анемии железодефицитной по

- Легкая – гемоглобин не опускается ниже 90 г/л;
  - Средняя – 70-90 г/л,
  - Тяжелая – гемоглобин ниже 70 г/л.
- содержанию гемоглобина:**



Нормальные эритроциты




Эритроциты при  
железодефицитной  
анемии

# Диагностика малокровия

Диагностика малокровия базируется на следующие лабораторные маркеры патологии:

- Средний уровень гемоглобина снижено меньше 27 пг;
- Цветовой показатель эритроцита ниже 0,9;
- Концентрация гемоглобина в эритроците ниже 31 г/дл;
- При микроскопии мазков крови из пальца определяется повышение центрального светлого участка эритроцита;
- Уменьшение размеров красных клеток крови – микроцитоз;
- Разная форма и окраска эритроцитов – анизохромия и пойкилоцитоз;
- Повышение количества ретикулоцитов;
- Нормальный уровень лейкоцитов и тромбоцитов.





Биохимический анализ крови при анемии показывает следующие результаты:

- Повышение железосвязывающей способности сыворотки (ОЖСС) – более 40-85 мкмоль/л;
- Повышение трансферина сыворотки;
- Процент насыщения железом трансферрина снижен менее 15%;
- Понижение сывороточного ферритина – менее 15 мкг/л.

# Классическая схема лечения анемии:

- Ликвидация этиологического фактора;
- Организация правильного питания;
- Прием препаратов железа (Сорбифер Дурулес, Фенюльс, Феррокаль, Феррум – Лек)

Сочетать с приемами витаминов С, Е, В.

- Профилактика осложнений и рецидивов болезни.



# Полезные продукты при железодефицитной анемии:

- Белки и аминокислоты содержатся в сливочном масле, сливках и мясе;
- Для улучшения процесса кроветворения – морковь, рыба, пивные дрожжи, помидоры, свекла;
- Фолиевую кислоту содержат зеленые овощи и салаты;
- Железом обогащены некоторые кондитерские выпечки;
- Повышает усвоение железа в кишечнике мед;
- Сливовый сок богат Fe;
- Дополнительные микроэлементы содержит картофель, кабачки, вишня, яблочный сок, граната и бананы.

# ИСТОЧНИКИ ЖЕЛЕЗА

## ПРОДУКТ

## СОДЕРЖАНИЕ ЖЕЛЕЗА В 100 Г

Сушеные грибы

35 мг

Говяжья печень

20 мг

Какао

11,7 мг

Зеленая фасоль

7,9 мг

Земляника

7,8 мг

Черника

7 мг

Крольчатина

4,4 мг

Говядина

2,5 мг

Яйцо

1,5 мг

Морковь

0,7 мг





# ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

- <http://vnormu.ru/anemiya-jelezodeficitnaya-simptomu-lechenie-dieta.html>
- <http://pro-simptomu-lechenie.ru/zhelezodefitsitnaya-anemiya/>
- <http://vlanamed.com/zhelezodefitsitnaya-anemiya/>



**Спасибо за внимание!**

