

ما المقصود بالأنيميا..؟

- * لماذا يفضل أن تقول "فقر دم" ،
ولاتقول أنيـمـيـا؟!*
- * كيف تتأكد من أنك مصاب
بالأنيميا أم لا؟
- * ما هي أهم أنواع الأنيميا؟
- * مم يشكو المصابون بالأنيميا ؟ ..
وماهي أهم العلامات التي
تظهر عليهم؟
- * التحاليل المعملية ..ماذا تقول
للمصابين بالأنيميا؟

الأنيميا .. ماهى ؟



الأنيميا: هى نقص فى كمية الهيموجلوبين بخلايا الدم الحمراء ، أو نقص فى عدد خلايا الدم الحمراء عن الطبيعى ، بالنسبة لعمر و جنس الشخص .. مما يؤدي إلى قلة مقدرة الدم على نقل الأكسجين من الرئة إلى خلايا وأنسجة الجسم .

- وتعتبر الأنيميا واحدة من أكثر الأمراض التى يشكو من أعراضها كثير من سكان العالم ، حتى إن الأمريكان رغم ما وصلوا إليه من تقدم وثقافة غذائية ، يعانون أكثر من ثلث الشعب من الأنيميا وتزيد هذه النسبة فى العالم الثالث حيث ينتشر سوء التغذية بشكل كبير .

*** لماذا يعتبر البعض أن كلمة «فقر الدم» أصح من كلمة «أنيميا» ؟**

كلمة أنيميا تعنى «لا دم» .. ولا دم أى لاحياة ، ومعنى هذا أن المصاب بالأنيميا هو فاقد للحياة . وهذا خطأ بالطبع ولذا من الأصح أن نطلق على هذا المرض «فقر دم» .. أى أن هناك دم ولكن يوجد فقر فى نسبته أو مكوناته ..

*** ماهى النسبة التى عندها يعتبر الهيموجلوبين أقل من الطبيعى ، ويعتبر الشخص هنا مصاباً بالأنيميا ؟**

تختلف النسبة من بلد لأخرى ، ومن جنس لآخر ..

ففى بلاد الشرق الأوسط ، ودول العالم الثالث إذا قلت نسبة الهيموجلوبين فى الرجال عن ١٢,٥ جم لكل ١٠٠ ملليتر) ، أو قلت عن ١١,٥ جم لكل ١٠٠ ملليتر) فى الإناث .. هنا نقول : إنهما يعانيان من الأنيميا .

١٠ - ١٢ جم / ١٠٠ ملليتر - أنيميا بسيطة .

٨ - ١٠ جم / ١٠٠ ملليتر - أنيميا متوسطة .

أقل من ٨ جم / ١٠٠ ملليتر - أنيميا شديدة .

أنواع الأنيميا..



- ليست الأنيميا نوعاً واحداً ، ولكنها أكثر من نوع ، منها ما هو بسيط ، ومنها ما هو خطير.

- ويمكننا تقسيم الأنيميا من حيث الأسباب إلى أربعة أنواع.

١ - النوع الأول : الأنيميا الناتجة عن نقص أحد العناصر المهمة اللازمة

لتكوين خلايا الدم الحمراء والهيموجلوبين مثل :

* الحديد * حمض الفوليك.

* فيتامين ب١٢ * بعض البروتينات.

* فيتامين (سى) * بعض الهرمونات.

* الأصباغ.

٢ - النوع الثانى : أنيميا ناشئة عن زيادة فى معدل تكسير خلايا الدم

الحمراء داخل الجسم .. أى تموت الخلايا الحمراء ناقصة عمر ، وقد

يرجع هذا إلى :

* خلل فى خلايا الدم الحمراء نفسها.

* وجود عوامل خارجية تزيد من معدل تكسير هذه الخلايا.

٣ - النوع الثالث : أنيميا ناشئة عن زيادة فى فقد الدم ، كما يحدث فى

حالات الدورة الشهرية الزائدة ، والبواسير النازفة ، والدوالى.

٤ - النوع الرابع : أنيميا ناشئة عن خلل أو عطل أو انحطاط فى المصنع

المسئول عن إنتاج خلايا الدم (النخاع العظمى).

- وما هى أكثر أنواع الأنيميا انتشاراً وشيوعاً؟

تعتبر أنيميا نقص الحديد هى أكثر أنواع الأنيميا شيوعاً ، وانتشاراً وهى تحدث نتيجة لنقص فى تناول عنصر الحديد ، أو نقص فى معدل امتصاصه ، أو زيادة فى فقدته .. وسوف نتناول هذا الموضوع بالتفصيل فى الأبواب القادمة إن شاء الله.

هل أنت مصاب بالأنيميا..؟



فى الحقيقة هناك العديد من الأعراض ، والكثير من العلامات يعانى منها المصاب بالأنيميا ..ومن خلالها يمكننا أن نعرف إذا كان الشخص يعانى من الأنيميا أم لا ، وبإجراء التحاليل الطبية يمكننا التأكد من التشخيص ، ومعرفة نوع الأنيميا.

- وما أهم المظاهر التى تظهر على المصاب بالأنيميا..؟

- هناك قائمة طويلة من الأعراض التى يشكو منها المصاب بالأنيميا مثل:
 - * الشعور بالإعياء والكسل والخمول.
 - * الإجهاد لأقل مجهود مع ضعف عام.
 - * خفقان فى القلب قد يصاحبه ألم بالصدر.
 - * وقد يظهر عليه تورم بالقدمين.
 - * ونسبة كبيرة تشكو الدوار والدوخة.
 - * ضعف الذاكرة والنسيان وقلة التركيز وشروء الذهن.
 - * صداع متكرر ينصب على جبهة المصاب بالأنيميا ، وخلف عينيه أو يلازم مؤخرة الرأس .. وكلما زادت حدة الأنيميا زاد حدة الصداع.
 - * «وش» وطنين بالأذنين أحياناً.
 - * تنميل بأطراف الأصابع والقدمين.
- وهناك البعض يشكو من أعراض بالجهاز الهضمى مثل:
 - * فقدان الشهية للطعام (وهؤلاء نسبة كبيرة).
 - * انتفاخ وإمساك أحياناً ، وقد يصيبهم إسهال مفاجئ.
 - * «حرقان» وحموضة بقم المعدة.
- وبعض السيدات المصابات بالأنيميا يشكون من:

* انقطاع الدورة الشهرية.

* عدم انتظام بالدورة ، وتكون كمية الدم متغيرة بين كل مرة وأخرى.

- ومع هذه الأعراض ، يظهر المريض بوجة شاحب باهت ، وتبدو شفته ، وجفنا عينيه الداخليان بلون فاتح باهت (الطبيعى أحمر وردى) .

- وفى الحالات الشديدة تزداد عدد دقات قلب المصاب بالأنيميا بشكل ملحوظ ، وقد يسمع لفظ على قلب المريض Ejection Sys. Murmur .

- وهذه الأعراض والعلامات يختلف معدل حدوثها من شخص لآخر حسب درجة الأنيميا ، والعوامل المحيطة ، وحسب نوع الأنيميا.

* وهل تظهر هذه المظاهر من أعراض وعلامات فى جميع أنواع الأنيميا؟

هذه المظاهر السابقة عادة تكون مشتركة فى معظم أنواع الأنيميا وإن كان كل نوع من الأنيميا له بعض الأعراض والعلامات التى تميزه عن النوع الآخر.. وهذا ما سوف نتناوله بالتفصيل عند الحديث عن أنواع الأنيميا المختلفة إن شاء الله.

التحاليل المعملية .. لتأكيد التشخيص ،

وتحديد نوع الأنيميا



- عند الشك فى وجود أنيميا ، يجب أن نلجأ إلى بعض الفحوص المعملية، لتأكيد التشخيص ، ولتكشف لنا الستار عن أسباب الأنيميا ، ونوعها، وما تحدثه من مضاعفات.

- وأى مصاب بالأنيميا يجب أن يخضع للتحاليل الآتية:

* صورة دم كاملة Complete Blood Picture . فهذه الصورة تعطى معلومات مهمة عن:

أ - عدد خلايا الدم الحمراء : ونسبتها الطبيعية تكون على النحو التالى:

- * فى الرجال : ٤,٥ - ٦,٥ مليون خلية / ملليم ٣ .
- * فى النساء : ٤,٠ - ٥,٠ ملايين خلية / ملليم ٣ .
- * فى الأطفال حديثى الولادة : ٥ - ٦ ملايين خلية / ملليم ٣ .
- فإذا قلت عدد هذه الخلايا عن هذا المعدل ، أعطت مؤشراً بأن هناك إصابة بالأنيميا (فقر الدم) .
- (ب) نسبة الهيموجلوبين بالدم : ونسبتها الطبيعية تكون على النحو التالى .
- * فى الرجال : ١٣,٥ - ١٨ جم / ١٠٠ مل (٩٠ - ١٢٠ ٪) .
- * فى السيدات : ١١,٥ - ١٦ جم / ١٠٠ مل (٧٥ - ٩٥ ٪) .
- * فى الأطفال : ١٣,٥ - ١٨ جم / ١٠٠ مل (٩٠ - ١٢٠ ٪) .
- فإذا قلت هذه النسبة ، يكون هناك مؤشر للإصابة بالأنيميا .
- (ج) الهيماتوكريت (PCV) Hematocrit .
- وهى النسبة بين كتلة خلايا الدم الحمراء إلى كمية الدم ككل . وطبيعياً تكون هذه النسبة على النحو التالى :
- * الرجال : ٤٠ - ٥٤ ٪ .
- * النساء : ٣٦ - ٤٧ ٪ .
- * الأطفال : ٣١ - ٤١ ٪ .
- وفى حالات الأنيميا ينخفض مقدار الهيماتوكريت عن الحدود السابقة .
- (د) متوسط حجم خلية الدم الحمراء (M.C.V) .
- و تركيز الهيموجلوبين الموجود فى ١٠٠ مل من خلايا الدم الحمراء (M.C.H.C) .
- (هـ) وبالإضافة لهذا تظهر صورة الدم العدّ الكلى والنوعى لكرات الدم البيضاء ، وعدد الصفائح الدموية .
- * هناك بعض التحاليل الأخرى ، بواسطتها يمكننا معرفة أسباب الأنيميا ، ونوعها .. وسوف نتطرق إليها فى الفصول القادمة إن شاء الله