

انگل های روده ای نیز میتوانند موجب کم خونی شوند.

کم خونی در دختران در سن بلوغ به دلیل ابتلا به عادت ماهیانه نسبت به پسران شیوع بالاتری دارد. در برنامه غذایی افراد مبتلا به کم خونی باید روزانه از مواد غذایی حاوی آهن مثل انواع گوشت ها و حبوبات و سبزی های تیره استفاده شود.

کم خونی با علایمی مثل تنگی نفس، طپش قلب، زبان صاف، دردناک و قاشقی و ورم قوزک پا نیز همراه است.

مصرف چای قبل از غذا و بلافاصله پس از غذا (بعلت وجود ماده ای به نام تانن) جذب آهن غذا را به مقدار قابل توجهی کاهش میدهد. ویتامین سی موجود در میوه ها و سبزی های تازه موجب افزایش جذب آهن غذا میشود. مصرف نان هایی که در آنها جوش شیرین وجود دارد موجب بروز فقر آهن میشود. عدم رعایت اصول بهداشتی ممکن است موجب بروز بعضی انگل روده ای میشود.

اصطلاحی است از مایشگاهی و نشان دهنده کاهش تعداد گلبول های قرمز خون میباشد.

شایعترین علل ان شامل خونریزی قاعدگی، خونریزی از زخم ها، التهاب معده یا تومور دستگاه گوارش میباشد. نشانه های ان شامل رنگ پریدگی دایم زبان، داخل پلک، چشم و لب ها، کم رنگ شدن خطوط کف دست، سیاهی رفتن چشم ها، بی تفاوتی، سرگیجه، سردرد و بی اشتها، حالت تهوع، خواب رفتن و سوزن سوزن شدن دست ها و پاها که در موارد شدید



دانشگاه علوم پزشکی لرستان

بیمارستان آیت ا... بروجردی (ره) شهرستان بروجرد

واحد آموزش بیمارستان آیت

ا...بروجردی

آنمی

لذا بیماران جهت تزریق
امپول های خونساز
تجویزی باید با پرستار
همکاری کنند. درحد امکان
که رژیم اورمیک بیماران
دیالیزی اجازه میدهد از
مواد غذایی خونساز نیز
استفاده کنند.

**بیماران دیالیزی طبق روتین بخش
ماهیهانه آزمایشات خونی دارند وبا
توجه به آن در صورت وجود کم خونی
طبق نظر پزشک متخصص بخش دیالیز
درمان میشوند.**

**بیماران دیالیزی به مقدار زیاد
مجاز به استفاده از این مواد
غذایی نیستند و از امپول های
اپرکس و ونوفر در جلسات دیالیز
استفاده میکنند زیرا علاوه بر نکته
ی گفته شده در رژیم غذایی
ایشان، در هر جلسه از دیالیز نیز
ممکن است اتلاف مقداری خون
وجود داشته باشد و علاوه بر آن
در بیماران دچار نارسایی
کلیه، کلیه ها قادر به ساخت
هورمون اریتروپویتین نیستند و
این بیماران در معرض ابتلا به کم
خونی میباشند. لذا بیماران جهت
تزریق امپول های خونساز**