

Інтерв'ю з головним міським гематологом, завідуючим гематологічним відділенням міської лікарні □ 4 Дрегваль Віктором Пилиповичем

- **Вікторе Пилиповичу, розкажіть про анемію. Наскільки актуальна ця проблема для Кривого Рогу?**

- **Анемія** (малокрів'я) – стан, при якому в крові знижена кількість функціонально повноцінних еритроцитів. Людська кров містить клітини трьох типів: червоні – еритроцити, білі – лейкоцити і тромбоцити. Гемоглобін еритроцитів – це пігмент, який містить залізо. Саме він і надає нашій крові червоного забарвлення та переносить кисень від легенів до тканин тіла.

При зниженні концентрації червоних кров'яних тілець – еритроцитів збільшується навантаження на серце, – йому доводиться «прокачувати» більшу кількість крові, щоб забезпечити нормальний доступ кисню до тканин.

Розвивається анемія внаслідок дефіциту заліза або вітамінів, руйнування еритроцитів, кровотеч а також через успадковані чи набуті захворювання. Кожен вид анемії має свої причини і методи лікування.

- **Розкажіть про найбільш поширені в Кривому Розі види анемії.**

Найпоширеніший вид анемії у нас це **залізодефіцитна анемія**. Понад чверть населення землі страждає на залізодефіцитну анемію. Захворюваність в Кривому Розі за 2009 рік - 45,0 на 100 тис. населення.

Якщо заліза не вистачає, кістковий мозок виробляє збіднені залізом бліді еритроцити, в яких мало гемоглобіну. Це викликає загальну слабкість.

- **Що найчастіше спричинює залізодефіцитну анемію?**

- Причини залізодефіцитної анемії: погане засвоєння заліза організмом, недостатнє надходження заліза з їжею, вагітність, різке збільшення зросту у підлітків, великі втрати крові через внутрішню кровотечу або під час менструації та деякі інші.

- **Хто найчастіше страждає на залізодефіцитну анемію?**

Захворювання особливо поширене серед жінок репродуктивного віку через менструальні втрати крові, а також через підвищену потребу організму в залізі під час вагітності. Крім того у жінок запас заліза менший, ніж у чоловіків. На залізодефіцитну анемію страждає майже 20% жінок дітородного віку та 50% вагітних.

Підвищений ризик розвитку анемії мають вегетаріанці, якщо не збагачують свій раціон продуктами з підвищеним вмістом заліза: броколі, шпінатом та іншими.

- **На які прояви анемії слід звернути увагу?**

- Часте відчуття холоду, неможливість зігрітися. Залізо відіграє важливу роль у регулюванні температури тіла.
- Недостатня забезпеченість тканин киснем призводить до відчуття змореності, слабкості, задишки.
- У хворих на анемію бліда, суха шкіра.
- Часті головокружіння, головний біль.

Аналізи крові дозволяють визначити рівень гемоглобіну, а також рівень заліза сироватки крові та здатність крові зв'язувати залізо.

- **Що потрібно знати про анемію вагітній та її родичам?**

Дефіцит заліза під час вагітності часто призводить до розвитку анемії. Тому так важливо вчасно стати на облік у жіночій консультації та пройти пренатальне обстеження. Під час вагітності особливо важливо вживати необхідну для організму кількість заліза та фолієвої кислоти. Для цього майбутнім батькам варто уважно слухати рекомендації лікарів акушерів-гінекологів щодо харчування і намагатися їх дотримуватися. З ростом плоду потреба у залізі збільшується. Приблизно на 20 тижні вагітності запаси заліза в організмі жінки вичерпуються. Дефіцит заліза впливає не лише на стан здоров'я

я дитини.

- **Які ще види анемії існують?**

- Анемія, яку викликає руйнування еритроцитів. До такого виду належать гемолітична, аутоімунна анемії і таласемія.

Іноді кістковий мозок не може виробляти потрібну кількість клітин, особливо якщо відбувається прискорене руйнування еритроцитів. Такий стан відомий як **гемолітична анемія**

Викликати гемолітичну анемію можуть багато причин: в деяких випадках її викликають певні інфекції або лікарські препарати, наприклад, антибіотики, які руйнують еритроцити. Тригерами гемолітичної анемії також можуть бути стрес-фактори, наприклад, отрута гадюки або комахи, а також деякі продукти.

При аутоімунній гемолітичній анемії імунна система атакує еритроцити, помилково сприймаючи їх за чужі організми. Гемолітична хвороба спостерігається у немовлят, якщо імунна система матері атакує еритроцити дитини. Руйнування еритроцитів також можуть спровокувати судинні трансплантати, штучні клапани серця, пухлини, сильні опіки, дія хімічних речовин, високий артеріальний тиск та порушення згортання крові.

Серповидноклітинна анемія також зумовлена руйнуванням еритроцитів. Форма еритроцитів при цьому захворюванні неправильна, вони набагато жорсткіші. Це заважає таким спотвореним еритроцитам легко просуватись судинами, вони застряють у тоненьких судинах, що утруднює нормальний кровообіг. Між тим, деякі органи (мозок, серце, нирки) потребують безперервного і постійного притоку крові. Організм руйнує ці серповидні клітини, але натомість він не в змозі виробляти нові клітини настільки швидко, аби замінити зруйновані. Це призводить до зменшення концентрації еритроцитів у крові, що в свою чергу, викликає анемію.

Серповидноклітинна анемія звичайно зумовлюється генетичним дефектом або спадковим захворюванням.

- **Назвіть, будь ласка, за якими ознаками можна виявити цю анемію?**

Симптоми серповидноклітинної анемії:

- стомлюваність, слабкість,
- задишка,
- прискорене серцебиття,
- затримка статевого розвитку,
- ослаблений імунітет,
- підвищена вразливість до інфекцій,
- біль у пенісі,
- біль у грудях,
- зниження фертильності (здатності мати дітей).

Таласемія - важка форма анемії, при якій червоні кров'яні тільця швидко руйнуються, а залізо осідає у життєво важливих органах. Анемія цього типу викликана зниженням вироблення гемоглобіну або порушенням механізму його вироблення. Будь яке порушення білкових ланцюжків молекули гемоглобіну викликає відповідні порушення утворення, розмірів і форми еритроцитів.

Таласемія – спадкова хвороба викликана генетичними порушеннями. По суті це найпоширеніше генетичне захворювання у світі. Батьки можуть передати це захворювання дітям. Гени, які викликають таласемію, успадковуються рецесивно по аутосомі. Це означає, що у дитини захворювання розвивається лише в тому випадку, якщо дефектний ген є у обох батьків.

Причиною анемії може бути сильна кровотеча. Велику кількість еритроцитів можна втратити з кров'ю під час тривалої та непомітної кровотечі. Така кровотеча нерідко виникає в наслідок захворювань шлунково-кишкової системи, наприклад, виразки, геморою, гастриту ті раку. Хронічна кровотеча може виникати і у випадку прийому нестероїдних протизапальних ліків, наприклад, аспірину. Часто втрата крові відбувається через менструації та пологи.

Перніціозна анемія – це класичний прояв недостатності в організмі вітаміну В12. Особливо чутливими до дефіциту цього вітаміну є кістковий мозок і тканини нервової системи. Якщо дефіцит вітаміну В12 не лікувати розвивається анемія і дегенерація нервів .

Характерною ознакою цієї анемії є утворення у кістковому мозку замість звичайних клітин–попередників еритроцитів аномально великих клітин, так званих мегабластів. Ці клітини не здатні перетворюватися на еритроцити і гинуть у кістковому мозку.

В основі захворювання – вроджена нездатність шлунку виробляти речовину, необхідну для всмоктування вітаміну В12 у кишечнику.

Перніціозна анемія частіше зустрічається у дорослих і пов'язана з атрофією шлунка.

Виявити таку анемію може звичайний аналіз крові.

Джерела вітаміну B12 та фолієвої кислоти: молоко, яйця, м'ясо, ракоподібні та м'ясо домашньої птиці. Корисні насіння кунжуту, соняшникова халва, какао.

Апластична анемія розвивається внаслідок нездатності організму виробляти еритроцити в достатній кількості.

При цій анемії у кістковому мозку практично відсутня тканина, яка виробляє клітини крові. Викликати цю анемію може вплив іонізуючого випромінювання або токсичних речовин; іноді причину з'ясувати неможливо.

Апластична анемія виникає раптово або проявляється поступово.

Поширені симптоми цього виду анемії: втомлюваність, задишка, прискорене серцебиття, бліда шкіра, висипи, погано заживають порізи.

Апластична анемія передається спадково. Апластична анемія діагностується на підставі результатів аналізів крові та кісткового мозку. Це серйозне захворювання, яке потребує невідкладного лікування антибіотиками. Також іноді роблять пересадку кісткового мозку та переливання крові. Хворого ізолюють, аби попередити передачу інфекції та зменшити симптоми анемії. Через погане згортання крові хворі на апластичну анемію схильні до сильних кровотеч. Захворювання вражає і чоловіків і жінок, незалежно від віку.

- **Де лікують анемію в Кривому Розі?**

Міський гематологічний центр на 30 ліжок працює на базі міської лікарні № 4. Дітей та підлітків лікують у восьмій міській клінічній лікарні, де маємо 10 спеціалізованих гематологічних дитячих ліжок.

Терапія залежить від причини анемії. Найкращі результати спостерігаємо при введенні окремих речовин, яких в організмі не вистачає, наприклад, заліза при залізодефіцитній анемії або вітаміну В12 при перніціозній анемії.

Анемія, яка супроводжує такі хронічні захворювання, як рак, інфекції, артрит, захворювання нирок і гіпотеріоз, часто не дуже яскраво виражена і не потребує спеціального лікування. Лікування основного захворювання позитивно впливає і на таку анемію.

- **Чи потребує анемія переливання крові?**

Переливання крові показані лише у невідкладних станах, коли потрібно відновити обсяг циркулюючої крові та кількість гемоглобіну, а також при загостренні хронічної анемії при відсутності інших лікувальних засобів.

Найголовніше для лікування анемії виявити причину захворювання.

Якщо ви страждаєте на залізодефіцитну анемію, не намагайтеся подолати проблему лише введенням до раціону великої кількості залізовмісних продуктів.

- **Чому?**

Ви ж не можете вживати у необмеженій кількості м'ясо, яблука, печінку? Наш організм здатний засвоїти з продуктів харчування лише 2 міліграми заліза, все інше виводиться. Такої кількості заліза цілком достатньо для здорового організму, але якщо ви вже захворіли, для лікування анемії прийдеться підібрати лікарські засоби.

Також не намагайтесявилікувати анемію за допомогою вітамінних препаратів. Немає

сумнівів у тому, що аскорбінова кислота та деякі вітаміни групи В дійсно відіграють важливу роль в утворенні еритроцитів, але за відсутності заліза ці препарати не допоможуть.

Лікування залізодефіцитної анемії здійснюється введенням препаратів заліза. Якщо через якісь порушення у роботі органів травлення ви не можете пити препарати заліза, вам призначать курс ін'єкцій. Лікування анемії дуже довготривале. Запасайтеся терпінням і виробляйте у себе корисну звичку приймати ліки суворо за графіком. Навіть після повної нормалізації рівня гемоглобіну в крові варто ще не менш двох місяців приймати призначений препарат, аби в організмі відклалися його запаси.

Виконання лікарських рекомендацій допоможе подолати анемію.