



انيميا نقص الحديد



جامعة طنطا - كلية الطب
قسم أمراض صحة المجتمع

المركز القومي للأبحاث والدراسات
(المشروع البحثي الثاني)
العام الدراسي 2023-2024



الانيميا



اعداد

محمد حسين محمد وهبه

تحت اشراف

د. ناهد كرم

د. دعاء الفلا

د. هدير السيد

انيميا نقص الحديد

التعريف

أنيميا نقص الحديد هي أكثر أنواع فقر الدم شيوعًا، وتحدث عندما لا يمتلك الجسم كمية كافية من عنصر الحديد اللازم لتكوين الهيموغلوبين، وهو البروتين المسؤول عن نقل الأكسجين في خلايا الدم الحمراء. يؤدي نقص الحديد إلى انخفاض قدرة الدم على حمل الأكسجين، مما يسبب الشعور بالتعب والضعف العام وشحوب البشرة.

أسباب المرض

- فقدان الدم المزمن مثل النزيف الدوري عند النساء أو النزيف الهضمي.
- نقص تناول الحديد في الغذاء (نظام غذائي فقير باللحوم أو الخضروات الورقية).
- سوء امتصاص الحديد في الأمعاء (كما في حالات التهاب المعدة أو بعد بعض الجراحات).
- زيادة احتياجات الجسم أثناء الحمل أو فترات النمو السريع عند الأطفال والمراهقين.

كيفية حدوث الانيميا



عندما يقل الحديد في الجسم، يقل إنتاج الهيموغلوبين في نخاع العظام، فتنتج خلايا دم حمراء صغيرة الحجم وشاحبة اللون لا تستطيع نقل الأكسجين بكفاءة، مما يؤدي إلى ظهور أعراض فقر الدم التدريجي.

الأعراض والعلامات



تعب وإرهاق مستمر.
وخة وضيق في التنفس عند المجهود.
جوب في الوجه والجلد.
سارع في ضربات القلب.
ودة في اليدين والقدمين.
شاحبة الآفافر وساقط الشعر.
سمة غريبة في أكل أشياء غير غذائية (كالتراب أو الثلج).

عوامل الخطورة



لنساء في سن الإنجاب بسبب فقدان الدم الشهري.
لحوامل والمرصعات.
لأطفال والمراهقين في فترات النمو السريع.
نبار السن الذين يتبعون نظامًا غذائيًا غير متوازن.
لفصحاء المصابون بأمراض مزمنة أو مشاكل في متصاص الغذاء.

المضاعفات



سوء عام في الجهاز المناعي وزيادة قابلية عدوى.
أخر النمو العقلي والجسدي عند الأطفال.
ضطراب ضربات القلب أو تضخم القلب في حالات الشديدة.
سوء الأداء الدراسي والقدرة على التركيز.

العلاج والوقاية



لأول مكملات الحديد بوضعة الطبيب.
إع نظام غذائي غني بالحديد مثل: الكبد، اللحوم الحمراء، سبانخ، العدس، والفول.
لأول فيتامين C لزيادة امتصاص الحديد.
تجنب الإفراط في الشاي والقهوة لأنها تعطل امتصاص الحديد.
دج السبب الأساسي مثل النزيف المزمن أو اضطرابات جهاز الهضمي.

طرق التشخيص

- فحص دم شامل (CBC).
- قياس مستوى فيتامين B12 والعامل الداخلي.
- اختبار الأجسام المضادة للعامل الداخلي.



العلاج



- B12 حقن فيتامين بالعضل بجرعات منتظمة مدى الحياة.
- تناول مكملات B12 عن طريق الفم في بعض الحالات.
- علاج السبب الأساسي إذا وُجد.



الوقاية



- تناول أطعمة غنية بفيتامين B12 مثل: الكبد، اللحوم الحمراء، الأسماك، البيض، ومنتجات الألبان.
- المتابعة الطبية المنتظمة للأشخاص المعرضين للإصابة.
- علاج أي اضطرابات في المعدة أو الأمعاء.

الأعراض والعلامات



- تعب شديد وضعف عام.
- شحوب البشرة وضيق في التنفس.
- دوخة وعدم اتزان.
- خدر أو تنميل في اليدين والقدمين.
- ضعف الذاكرة وصعوبة التركيز.
- التهاب في اللسان وفقدان الشهية.



عوامل الخطورة



- التقدم في العمر (أكثر من 50 سنة).
- أمراض المناعة الذاتية مثل التهاب المعدة المناعي أو الغدة الدرقية المناعية.
- وجود تاريخ عائلي للمرض.
- الجراحة التي تزيل جزءًا من المعدة أو الأمعاء.
- النظام الغذائي الفقير بفيتامين B12.



فقر الدم الخبيث

التعريف

الدم الخبيث هو نوع من أنواع فقر الدم الناتج عن نقص فيتامين B12 بسبب عدم قدرة الجسم على امتصاصه من الأمعاء نتيجة نقص "العامل الداخلي" (Intrinsic Factor) الذي تنتجه المعدة.

يؤدي هذا النقص إلى انخفاض إنتاج كريات الدم الحمراء وضعف وصول الأكسجين إلى أنسجة الجسم.

طريقة حدوث المرض



- ف في خلايا المعدة المسؤولة إفراز العامل الداخلي.
- يأب العامل الداخلي يمنع امتصاص فيتامين B12 الأمعاء الدقيقة.

نح عن ذلك نقص فيتامين B12 وبالتالي ضعف تكوين خلايا الدم





جامعة طنطا

كلية التمريض

المركز التمريضي لخدمة المجتمع و تنمية البيئة (المشروع البحثي الطلابي)

تقرير عن الندوة التوعوية التثقيفية عن مرض انيميا نقص الحديد

القاتم بالتدريب/ نور امصطفى مصطفى (طالبة بالفرقة الرابعة)

عدد المشاركين من المتريدين / ٦٠ سيدة من المتردات على مراكز الامومة والطفولة بمركز امبابي وبطرس وسيجر

م	السؤال	القبلي		البعدي	
		اجابة صحيحة	اجابة خاطئة	اجابة صحيحة	اجابة خاطئة
١	السبب الشائع لانيميا نقص الحديد	٪٤٨,٣	٪٥١,٦	٪٩٩,٠	٪١,٠
٢	من عوامل الخطورة لانيميا نقص الحديد	٪٥٨,٣	٪٤١,٦	٪٩٥,٠	٪٥,٠
٣	اسباب فقر الدم الخبيث	٪١٥,٠	٪٧٥,٠	٪٩٧,٠	٪٣,٠
٤	اعراض فقر الدم الخبيث	٪٤٠,٠	٪٦٠,٠	٪٩٨,٠	٪٢,٠
٥	طرق علاج انيميا نقص الحديد	٪٥١,٧	٪٤٨,٣	٪١٠٠,٠	٪٠,٠
٦	هل انيميا نقص الحديد قد تحدث بسبب سوء التغذية او فقدان الدم؟	٪٧١,٧	٪٢٨,٣	٪٩٥,٠	٪٥,٠
٧	اعراض انيميا نقص الحديد شحوب الجلد والتدوخة وتساقط الشعر	٪٦٦,٧	٪٣٣,٣	٪٩٩,٠	٪١,٠
٨	فقر الدم الخبيث ينتج عن نقص الحديد فقط	٪٦٠,٠	٪٤٠,٠	٪٩٩,٠	٪١,٠
٩	عوامل الخطورة لفقر الدم الخبيث	٪٦٦,٧	٪٣٣,٣	٪٩٧,٠	٪٣,٠



التعليق على النتائج

أوضحت النتائج ان الندوة التدريبية للمتدربات على مراكز الامومة والطفولة للسيدات كان لها تأثير واضح على تحسين معلومات المتدربات حيث وجد ان نسبة قليلة من المتدربين كان لديهم معلومات صحيحة عن الانيميا قبل القاء الندوة و ازدادت معلومات الغالبية العظمى منهم بعد القائها.

عميد الكلية

عفاف عبدالعزيز بصل



مستشار المشروع

أ.م.د/ ناهد كرم السحري

ناهد السحري