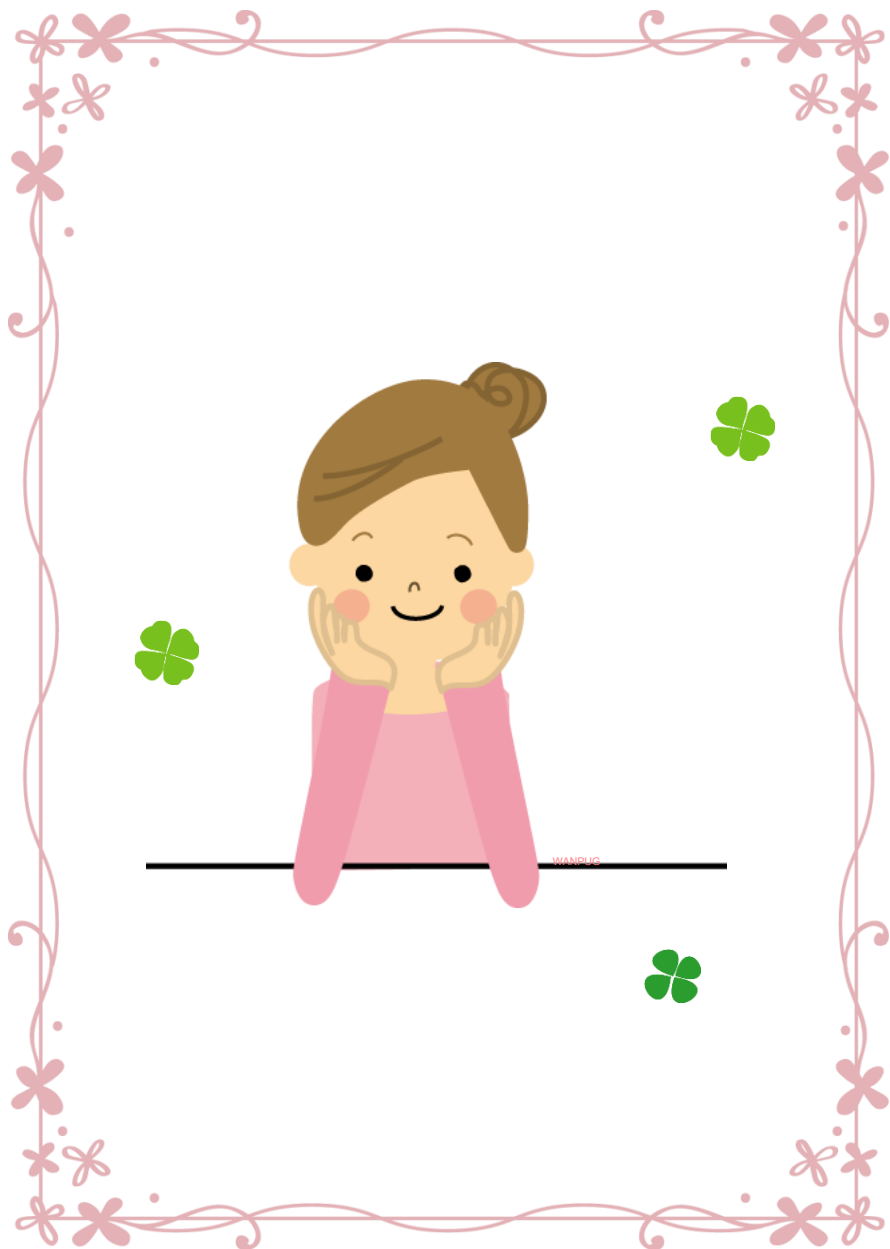


貧血



貧血とは？

血液は、血球（赤血球、白血球、血小板）と血漿^{けっしょう}とから成っています。
このうち貧血に関係するのは^{せつけっきゅう}赤血球です。

赤血球には**ヘモグロビン**という鉄を含む色素があり、血液が赤く見えるのはこのためです。ヘモグロビンは肺に取り入れた酸素を体内に運搬する働きをしています。

貧血とは、赤血球中のヘモグロビン量
または赤血球数のいずれか、または両方が
減少した状態をいいます。



貧血にはさまざまな種類がありますが、貧血のうちで最も多いのが
^{てつけつぼうせいひんけつ}鉄欠乏性貧血で、妊娠中にも多くみられます。

妊娠すると胎児や胎盤への鉄分の補給が必要となるほか、母体そのものの血液量の増加により、赤血球生成のための鉄が必要となるためです。

* 妊娠中の鉄欠乏性貧血は母体と胎児にさまざまな影響を与えます。

母体への影響

顔面蒼白、^{い ひろうせい}易疲労性、
動悸・息切れ、めまい
など。



胎児への影響

赤ちゃんは生後2～3
か月後に貧血を起こ
しやすい。



貧血の治療

鉄欠乏性貧血の治療は①**食事療法**と②**鉄剤内服**です。

①食事療法

鉄を多く含む食品

食品類	食品	食品類	食品
鶏卵 	卵黄	豆類 	枝豆
肉類 	豚レバー		がんもどき
	鶏もつ		豆腐
	豚もつ		納豆
魚介類 	あさり佃煮	緑色野菜	春菊
	かき		小松菜
	かつお		ホウレンソウ
	あさり	果物	干あんず
	しじみ		レーズン
海藻類 	ひじき		
	のり 		



②鉄剤内服

鉄剤の内服中、便が黒色になることがありますが、鉄が腸内で変化したもので心配はいりません。副作用として嘔気、便秘がおこることがあります。症状が辛い場合には、薬剤の種類を変更できるので主治医に相談してください。



鉄の補充が十分でないうちに服用を中止すると、貧血状態にすぐに戻ってしまいます。





地方独立行政法人 大阪府立病院機構
大阪母子医療センター

＜産科＞

〒594-1101 大阪府和泉市室堂町 840

患者支援センター TEL 0725-56-1220

FAX 0725-56-5605

2022.8 更新