

市民病院発 ほのか診察室

市民病院総務課 23 - 7852

シリーズ第63話

鉄欠乏性貧血について

貧血は、病気の中でも身近に感じられるものの一つだと思えます。また、貧血と聞くと立ちくらみを想像します。立ちくらみの全てが貧血ではありませんが、貧血でも立ちくらみが出る

少してしまいます。この状態が鉄欠乏性貧血です。

放出された鉄を再利用することでまかなわれています。しかし、腸管から一日当たり1mgほどが体外へ排出されます。鉄は体内で作ることができないため、さまざまな症状が現

同様に鉄欠乏性貧血の原因になります。

ことがあります。今回は貧血の原因の中で最も多い、鉄欠乏性貧血についてお話しします。

鉄欠乏性貧血は、体内に十分な酸素を送り届けることができないため、さまざまな症状が現れます。軽度の場合は運動時の息切れや疲れやすくなるなどの症状が出ますが、安静時には症状が出ないこともあります。貧血が進行すると、顔色が青くな

り、少し動いただけで息切れや動悸が出るようになり、前述の立ちくらみもよく見られるようになります。

鉄欠乏性貧血の治療では、通常鉄剤の内服を行います。しかし、吐き気や腹部不快などの副作用により内服の継続が難しい方もいるので、その場合は注射で鉄の補充を行います。

鉄欠乏性貧血とは

私たちの血液の中に含まれている赤血球は、肺で酸素を受け取り、体の隅々まで送り届ける働きをしています。この時に重要な働きをするのが、赤血球の中に含まれているヘモグロビン

鉄は体内に3gから4gほど存在しますが、一日に必要な鉄は20mgから25mgほどであり、そのほとんどが壊れた赤血球から

また、成長期の子供や妊娠中の女性は通常時より鉄の必要量が増加します。鉄の摂取量より必要量が上回ってしまうと、鉄欠乏性貧血になってしまいます。胃の摘出手術などを受けた場合、体内における鉄の吸収が低下し、

出血により鉄が失われ、鉄欠乏性貧血を発症している場合は、注意が必要です。出血の原因は、月経などの生理的なものもありますが、胃がんや大腸がん、婦人科系の病気が隠れていることもあり、出血の原因をしっかりと調べる必要があります。貧血で心配な症状がある方は、医師の診察を受けましょう。

と、血液中のヘモグロビンも減

放出された鉄を再利用すること

鉄欠乏性貧血の原因となります。

鉄欠乏性貧血の原因になります。



市民病院総合診療科 部長医師
はまもと 誠 監修
榛葉