

AYOLLARDA UCHRAYDIGAN TEMIR TANQISLIGI ANEMIYASI

Mahmudova Sayyora Abdumuxtor qizi

FJSTI, Tibbiy biologik ish - yo'nalishi 2-kurs talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14740305>

Annotatsiya. Bugungi kunda ayollardagi kamqonlik kamida 90% hollarda temir tanqisligi anemiyasi uchraydi. Homilador ayollarda eng keng tarqalgan ekstragenital kasalliklardan biri bo'lib, qon zardobida, suyak iligida va depoda temir miqdori kamayadi. Natijada gemoglobin shakllanishi buziladi, gipoxrom anemiya va to'qimalarda trofik buzilishlar paydo bo'ladi.

Kalit so'zlar: Temir tanqisligi anemiyasi, Sideropeniya, Asteniya, TIBC.

IRON DEFICIENCY ANAEMIA IN WOMEN

Abstract. Today, at least 90% of anemia in women is iron deficiency anemia. It is one of the most common extragenital diseases in pregnant women, characterized by a decrease in the amount of iron in the blood serum, bone marrow and depot. As a result, hemoglobin formation is impaired, hypochromic anemia and trophic disorders in tissues occur.

Keywords: Iron deficiency anemia, Sideropenia, Asthenia, TIBC.

ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНАЯ АНЕМИЯ У ЖЕНЩИН

Аннотация. Железодефицитная анемия сегодня встречается не менее чем в 90% случаев анемии у женщин. Это одно из наиболее частых экстрагенитальных заболеваний у беременных, при этом снижается количество железа в сыворотке крови, костном мозге и депо. В результате нарушается образование гемоглобина, появляются гипохромная анемия и трофические нарушения тканей.

Ключевые слова: железодефицитная анемия, сидеропения, астения, TIBC.

Kirish

Temir tanqisligi charchoq va soch to'kilishidan boshlab anemiyaga qadar ko'plab muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Millionlab odamlarda ushbu mikroelement yetishmaydi.

Temir yetishmasligi tufayli 70% anemiyalar rivojlanadi. Ushbu mikroelement oz miqdorda bo'lsa gemoglobin molekulalari shakllanishni to'xtadi. Natijada, qon juda kam kislorod tashiy boshladi. Boshqa to'qimalarda temir yetishmasligi teri, soch, yurak va ovqat hazm qilish bilan bog'liq muammolarga olib keladi.

Agar tanada temir tanqisligi sezilsa, ammo anemiya hali rivojlanmagan bo'lsa, bu holat sideropeniya yoki temir tanqisligi deb ataladi. Ko'pincha anemiya tug'ish yoshidagi ayollarda, homilador ayollarda, shuningdek 12-17 yoshdagi o'spirinlarda uchraydi. Keksa yoshga kelib, erkaklarda ham temir tanqisligi rivojlanadi. Hayotning birinchi yilida ko'p homiladorliklardan so'ng tug'ilgan bolalarning 60% da ham temir tanqisligi uchraydi.

Temir tanqisligi anemiyasi alomatlari

Anemiya rivojlanishidan oldin ham sideropeniyaga xos belgilar paydo bo'ladi. Ko'pincha teri va sochlar, oshqozon va ichak, yurak mushaklari, asab tizimi ta'sir qiladi.

Temir tanqisligi alomatlari quyidagilar:

- quruq teri;
- mo'rt tirnoqlar;
- sochlarning gullashi, sekin o'sishi;
- charchoq, asteniya, zaiflik;
- terining oqargan rangi;
- lablardagi yaralar.

Gemoglobinning pasayishida kislorod yetishmasligi belgilari paydo bo'ladi bosh aylanishi, hushidan ketish. Ko'pincha yurak urishi va quloqdagi shovqinlar uchraydi.

Temir tanqisligi sabablari

Sideropeniya sindromi bir necha sabablarga ko'ra rivojlanishi mumkin:

muvozanatsiz ovqatlanish, oshqozon yoki ichak kasalliklari, qon yo'qotish, temirga bo'lgan ehtiyojning ortishi. So'nggi sababga ko'ra temir tanqisligi anemiyasi alomatlari homilador ayollar va bolalarda uchraydi.

Temir tanqisligi anemiyasi xavfi quyidagilar uchun ancha yuqori:

- yangi tug'ilgan chaqaloqlarda;
- faol o'sish davridagi bolalarda;
- homilador va emizikli onalarda;
- reproduktiv yoshdagi ayollar, ya'ni hayz ko'radigan ayollarda.

Temir tanqisligini anemiyasi - tekshirish uchun tahlillar

Yashirin yoki ochiq sideropeniyani aniqlash uchun qon tekshiruvi va quyidagi tahlillar o'tkaziladi: gemoglobin, eritrotsitlar soni, eritrotsitlardagi o'rtacha gemoglobin miqdori, ferritin,

transferini, zardob temirni bog‘lash qobiliyati (TIBC) va boshqalar. Temir tanqisligi anemiyasida TIBC tashqari barcha parametrlar pasayadi.

Temir tanqisligi anemiyasi - davolash

Yashirin yetishmovchilik bosqichida, gemoglobin hali hali tushmagan bo‘lsa, dietani sozlash, vitaminlar, ba’zi oziq-ovqat va vitaminli qo‘shimchalarni, maxsus dori- darmonlarni qabul qilinishi kerak. Ular temir ta'minotini tez tiklashga, gemoglobin va eritrotsitlar hosil bo‘lishini faollashtirishga imkon beradi.

Temir tanqisligi anemiyasida ovqatlanish

Parhez og‘ir anemiyani boshqarishda yordam bermaydi. Ammo to‘g‘ri ovqatlanish asosiy temir tanqisligi rivojlanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Temir yetishmasligi uchun ovqatlanish bo‘yicha tavsiyalar:

- go‘sht, jigar va tuxum sideropeniya paytida eng yaxshi oziq- ovqat hisoblanadi;
- temir meva va sabzavotlardan 1-5% dan ko‘p bo‘lmagan miqdorda so‘riladi;
- vitaminlar C, B, foliy kislotasi va mis temirning sintezini yaxshilaydi.

Xulosa

Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, kamqonlik profilaktikasining asosiy vositasi muvozanatli va vitaminlarga boy parhezga amal qilish, shuningdek davolovchi shifokorning tavsiyalariga muvofiq temir saqlovchi preparatlarni qo‘llash hisoblanadi. Temir mikroelementining sutkalik norma miqdori 20-25 mg ni tashkil etadi. Ushbu miqdorning asosiy qismi (90%) qizil qon hujayralari parchalanishida chiqariladigan endogen temir bo‘lib, 10% oziq-ovqat mahsulotlari bilan kiradigan ekzogen temir sanaladi. Ayollarda siklik qon yo‘qotishi tufayli ushbu mikroelement erkaklarga nisbatan ko‘proq kerak bo‘ladi.

REFERENCES

1. Idelson L.I.Gipoxrom anemiya. M. Tibbiyot, 1981-yil
2. Kazakova.L.M. Homilador ayollarda temir tanqisligi kamqonligi.//Med.yordam, 1993;1:15-7.
3. Shextman M.M. Temir tanqisligi kamqonligi va homiladorlik. Farmakoter.
4. akusherlikda 2000;6 (2):17-25.