



علائم کمبود گلبول‌های سفید خون و اختصاصاً نوتروفیل‌ها که موجب افزایش خطر بروز عفونت می‌گردد:

- زخم گلوئی مداوم و عود شونده
- عفونت‌های پوست
- عفونت سینه
- علائم کمبود پلاکت‌ها موجب بروز استعداد به خونریزی می‌گردد:
- خونریزی لثه‌ها خصوصاً بعد از مسواک زدن
- خونریزی بینی
- دوره‌های عادت ماهانه سنگین و یا طولانی شده
- خونمردگی‌های بدون ایجاد ضربه
- لکه‌های قرمز کوچک روی پاها
- این علائم و نشانه‌ها مختص کم‌خونی آپلاستیک نبوده و در حالتی که کمبود قابل ملاحظه سلول‌های خونی وجود داشته باشد، رخ می‌دهد.

علل شایع و عوامل خطر

- از علل بروز آئمی آپلاستیک به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:
- روش‌های درمانی سرطان‌ها مانند پرتودرمانی و شیمی‌درمانی
- قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی سمی مانند: مواد مورد استفاده در برخی حشره‌کش‌ها، رنگ، پاک‌کننده‌ها و شوینده‌های خانگی
- برخی داروها مانند داروهای مخصوص درمان روماتیسم مفصلی، آنتی‌بیوتیک‌ها، داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی، ضد تشنج و...
- بیماری‌های خود ایمنی مانند لوپوس
- عفونت‌های ویروسی که بر تراکم استخوانی تأثیر می‌گذارد.
- عفونت‌هایی نظیر هپاتیت، ایدز

• شرح بیماری:

کم‌خونی یا آئمی وضعیتی است که بدن به مقدار کافی گلبول‌های قرمز سالم ندارد. بدن ما دارای سه نوع سلول خونی می‌باشد:

گلبول سفید خونی که با عفونت‌ها می‌جنگد.

پلاکت‌ها که به لخته شدن خون کمک می‌کنند.

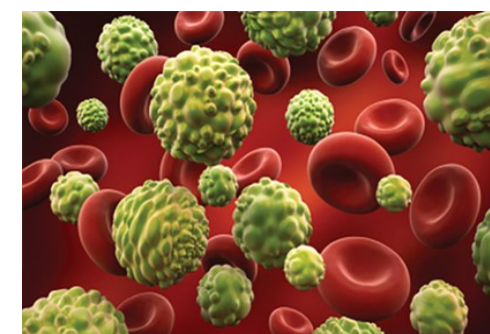
گلبول‌های قرمز خونی که حمل‌کننده اکسیژن و غذا به سلول‌های بدن می‌باشند. کم‌خونی آپلاستیک نوع نادری از کم‌خونی است و زمانی بروز می‌کند که مغز استخوان به اندازه کافی گلبول قرمز تولید نمی‌کند. این بیماری 2 تیپ سنی دارد. در افراد جوان 20 تا 25 ساله و در افراد مسن 60 تا 65 ساله دیده می‌شود. آئمی آپلاستیک می‌تواند به آرامی در طول هفته‌ها یا ماه‌ها پیشرفت کند و یا ممکن است به طور ناگهانی ایجاد شود.

• علائم:

به دنبال بروز کم‌خونی آپلاستیک علائم زیر در فرد با توجه به نوع کمبود در فاکتورهای خونی مشاهده می‌شود:

علائم کمبود گلبول‌های قرمز خون:

- خستگی بیش از حد
- کوتاهی تنفس در فعالیت‌های معمول زندگی
- مانند بالا رفتن از پله‌ها
- رنگ پریدگی
- ایجاد صداهای ضربان دار در گوش‌ها و یا سردرد



مرکز آموزشی درمانی امین اصفهان

آئمی آپلاستیک

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: 1403

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

• علل ناشناخته

• حاملگی

عوارض احتمالی

• بیماری‌های قلبی

• تنگی تنفس و نهایتاً مرگ

پیشگیری

• مصرف غذاهای حاوی آهن زیاد از جمله گوشت قرمز، ماهی، مرغ، تخم مرغ، میوه‌های خشک شده، عدس و لوبیا، سبزیجات سبز برگ پهن مانند اسفناج، کلم و یا غلات حاوی آهن غنی شده

• مصرف مواد خوراکی که جذب آهن را در بدن افزایش می‌دهد مانند آب پرتقال، توت فرنگی، کلم و یا سایر میوه‌ها و سبزیجات حاوی ویتامین C

• خودداری از نوشیدن قهوه و چای همراه با وعده‌های غذایی چرا که این نوشیدنی‌ها جذب آهن در بدن را دشوار می‌کند. کلسیم جذب آهن را مشکل می‌کند لذا برای به کار گرفتن بهترین روش برای مصرف کلسیم به میزان مناسب و کافی، باید با پزشک متخصص مشورت کرد.

• اطمینان از مصرف کافی فولیک اسید و ویتامین B-12 در رژیم غذایی

• مشاوره با پزشک برای خوردن قرص‌های مکمل آهن چرا که مصرف این قرص بدون مشورت با فرد متخصص صحیح نیست زیرا اثرات جانبی مانند تهوع، استفراغ و اسهال را در پی دارد.

با این حال این اثرات جانبی را می‌توان با کمک برخی اقدامات کاهش داد:

• ابتدا با نیمی از دوز تجویز شده شروع و به تدریج آن را به دوز کامل برسانید.

• قرص را در دوزهای تقسیم شده مصرف کرد

• قرص را همراه با غذا مصرف کنید.

• در صورت بروز عوارض هنگام استفاده از قرص آهن با پزشک مربوطه درباره تعویض دارو مشورت کنید.

• زنانی که باردار نبوده اما در سن بارداری قرار دارند باید هر 5 تا 10 سال یکبار آزمایش کم خونی بدهند. این امر حتی در شرایط سلامت باید صورت گیرد. انجام این آزمایش‌ها باید از زمان نوجوانی آغاز شود.

• زنانی که باردار نیستند و در سن بارداری قرار دارند در صورت داشتن علائمی چون عادت ماهانه شدید و طولانی، مصرف آهن کم و یا تشخیص قبلی ابتلا به کم خونی باید هر سال آزمایش خون بدهند.

• اکثر افراد از طریق یک رژیم غذایی سالم و منظم می‌توانند از غذاهای سرشار از آهن استفاده کنند اما برخی افراد نمی‌توانند آهن کافی بدست آورند که مهمترین این افراد دختران نوجوان و زنان در سن بارداری هستند که یا در هر عادت ماهانه خون زیادی را از دست می‌دهند یا بیش از یک بچه دارند و یا از IUD (آی.یو.دی) استفاده می‌کنند. کودکان نوپا و زنان باردار نیز در این گروه هستند. این افراد باید به طور دوره‌ای آزمایش کم خونی بدهند و در صورت فقر آهن حتماً باید با مشورت پزشک از مکمل‌های آهن استفاده کنند.

تشخیص

جهت تشخیص آئمی‌آپلاستیک اقدامات تشخیصی زیر انجام می‌شود:

• معاینه بیمار توسط پزشک

• آزمایشات خون و شمارش کامل سلول‌های خونی (CBC)

• نمونه‌برداری از مغز استخوان و مشاهده کاهش سلول‌های خونی

درمان

با توجه به شدت آئمی‌آپلاستیک اقدامات درمانی زیر برای بیمار انجام می‌شود:

• درمان آئمی‌آپلاستیک بستگی به شدت بیماری دارد.

• در مواردی که بیماری شدید نیست بیمار فقط تحت کنترل قرار گرفته و در صورت نیاز تزریق خون انجام می‌شود.

• بستری در بیمارستان و درمان حمایتی: در بیمارانی که کاهش گلبول سفید شدید مشاهده می‌شود مراقبت حمایتی با آنتی‌بیوتیک‌های وسیع الطیف و نیز داروهای ضد ویروسی و ضد قارچی ممکن است ضروری باشد. همچنین تزریق پلاکت و گویچه‌های قرمز خون مفید است.

• پیوند مغز استخوان

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

در فواصل منظم و تعیین شده

در صورت مشاهده علائم عفونت مانند تب در زمان ابتلا به این بیماری

در صورت مشاهده علائم کم خونی در خود و یا بستگان

اگر در طی درمان علائم جدید و غیر قابل توجیه مشاهده شد.