

◆核心提示◆

你是否经常听到有人说贫血,尤其最常听到缺铁性贫血。是不是听多了,觉得像感冒一样没什么大不了,吃吃铁剂就好了?那你就错了。缺铁性贫血是贫血中最常见的一种类型,以学龄前儿童、孕妇、育龄妇女为最多,是世界上重要的营养缺乏病之一,直接影响人们的健康和生活质量。尤其是需要查明病因才能进行根治。

缺铁性贫血要查明原因 不只是吃吃铁剂那么简单

本报记者 张建丽



张子彦

菏泽市中医医院血液病科主任,医学博士、主任医师、教授。1970年出生,菏泽市血友病工作者协会会长,菏泽市血液病学会副主任委员,中国抗癌协会临床肿瘤协作专业委员会委员。擅长血液系统恶性肿瘤如慢性白血病、多发性骨髓瘤、恶性淋巴瘤的诊断和治疗;贫血性疾病,如再生障碍性贫血、骨髓增生异常综合征、溶血性贫血等的诊断和治疗;在各种出血性和血栓性疾病的诊断、治疗及预防方面也有丰富的经验。获山东省卫生系统及省级为民服务创先争优服务标兵、菏泽市卫生系统优秀学会工作者、市红十字会工作先进个人等荣誉。

菏泽市中医医院血液病科
血液病科是中国医学科学院血液病医院病理中心合作单位,引进先进的临床用全自动双激光四色流式细胞仪,该仪器是目前血液病诊断及治疗必不可少的高端仪器,也广泛应用于其他各种疾病如肿瘤、免疫性、过敏性、炎症性、风湿性疾病,不育不孕等疾病的诊断、治疗、病情评估等方面,以及亚健康状态的早期发现。科室采用中西医结合及先进的细胞治疗手段,诊治了大量疑难危重血液病患者。



经常得感冒、烦躁易怒 有可能患上了缺铁性贫血

在我国海平面地区,成年男性Hb<120g/L,成年女性(非妊娠)Hb<110g/L,孕妇Hb<100g/L就判定为贫血。

红细胞的主要功能是从肺内携带氧气到全身各处,铁是红细胞内血红蛋白的合成必不可少的成分。如果人体对铁的摄入量不足,或者丢失量大,便会影响到

血红蛋白的合成,从而使红细胞中血红蛋白的含量显著减少,随之红细胞数目就减少,血红蛋白含量降低。其结果是人体内的各细胞,组织供氧不足,导致缺铁性贫血。

缺铁性贫血对我们人体的影响其实非常明显,比如乏力、纳差、苍白、易倦,活动后头晕、

眼花、头痛、耳鸣、心悸、气短、心率增快;儿童生长发育迟缓、智力低下;容易感染,机体抵抗力低下,经常感冒、发热;体力、耐力下降;口腔炎、舌炎、舌乳头萎缩、口角皲裂、吞咽困难;精神行为异常,如烦躁、易怒、记忆力减退、注意力不集中等。

自行补铁剂,或伤身体 需到正规医院血液科诊治

各种原因导致的失血是导致缺铁性贫血的常见原因,如妇女月经量多,消化道溃疡、痔疮、肛裂出血。

缺铁性贫血起病缓慢,当每天摄入的铁数量不足时,并不会立即发生贫血,而是利用身体中贮存的铁。当贮存的铁用完,开始出现贫血的倾向时,也都不会立即出现一

系列症状,甚至多数人连自我感觉都不明显。

当病人到医院就诊时,病情一般都已发展到了中度贫血,影响身体健康。因此,体检时查一查血常规,可以初步判断是不是缺铁,对于月经量大的妇女,经常注意铁的补充,并使体内有一定数量铁的储备,才能保证身体的健康。

另外,过度补充铁剂,也可以损害肝、心、胰腺等脏器。因此,不提倡贫血病人到药店买药,自己诊治。缺铁性贫血诊治需要到有血液病科的正规医院进行相关检查,明确诊断,根除病因,补足贮铁。尤其是老年人不明原因的贫血,一定要排除消化道肿瘤,以免延误病情。

有些眩晕和耳病有关,大意不得

菏泽市耳鼻喉科第六届第一次会议召开

本报菏泽9月21日讯(记者 张建丽 见习记者 孔博) 19日,菏泽市耳鼻喉科第六届第一次会议暨山东省继续教育项目“耳源性眩晕中西医治疗新进展培训班”议程在市中医院17楼会议室召开。

菏泽市中医院院长郝敬忠与山东省其他地市的耳鼻喉专家以及全市耳鼻喉科的众多医护人员参与了会议。

据了解,很多有眩晕症的患者就医时通常首选到内科就诊,但就治疗疗后,并未检测出相关疾病或眩晕仍然反复发作。这时的眩晕很有可能与耳科疾病相关,尤其是伴有耳鸣、听力下降等症状。引起眩晕的疾病有很多,其中



与耳科疾病相关的眩晕统称为耳源性眩晕。此次就是针对耳源性眩晕,专门开设的中西医治疗新进展

培训班。会议结束后,与会专家和代表们就耳鼻喉头颈外科治疗的学术研究

进行了经验交流,力求在交流中学习,在探索中进步。

服务百姓健康

牡丹区中心医院 进行义诊活动



本报菏泽9月21日讯(记者 张建丽) 为进一步深入开展党的群众路线教育实践活动,建设人民满意的医疗卫生服务体系,结合开展“双联双创”活动,牡丹区卫生局连日来在全区范围内开展“服务百姓健康行动”大型义诊周活动。

牡丹区中心医院积极响应卫生局党委号召,于9月16日开展公共场所义诊活动,抽派12名各科室医师组成医疗服务队伍,来到老年人活动场所为他们免费义诊。医疗人员为老年人测血压、听心肺,指导他们生活及用药注意事项,并发放健康宣教传单,普及医学常识和健康知识。

9月18日—19日,牡丹区中心医院又组派专家医疗队,先后前往安兴镇中心卫生院、胡集乡卫生院进行对口支援义诊。在卫生院内开设了专科门诊,并对疑难重症进行专家会诊,受到了当地群众的欢迎与认可。

学习消防安全

牡丹区疾控中心 开展防火知识培训



本报菏泽9月21日讯(记者 张建丽) 怎样防范火灾,发生了火灾该怎么办?为进一步提高牡丹区疾控中心干部职工的消防安全意识和防范能力,17日,区疾控中心邀请菏泽社安防火中心进行了消防安全知识讲座。

讲座运用多媒体视频课件,结合国内典型火灾事例,从火灾起因、火灾种类、火灾预防、灭火的基本方法、消防器材的种类和使用方法、火灾疏散逃生方法和注意事项等方面进行了深入浅出的讲解。培训后,疾控中心组织干部职工进行了消防安全技术演练,熟练掌握了灭火器材的使用方法。

通过本次培训讲座和技术演练,牡丹区疾控中心干部职工对消防知识有了更深一步的认识。特别是认识到火灾的残酷性和防火工作的重要性,进一步提高了防火、灭火和自我保护能力,切实增强了安全防范意识。