

## ما هو فقر الدم؟

يحدث فقر الدم عندما ينقص عدد الكريات الحمراء الموجودة في الجسم. من المعلوم أن وظيفة الكريات الحمراء هو حمل الأوكسجين من الرئة إلى كل أنحاء الجسم، فينتج عنه إمداد الجسم بالطاقة الضرورية لإنجاز الأعمال اليومية له.

### يمكن لفقر الدم أن يسبب:

- شحوب الوجه.
- الشعور بالتعب.
- نقص الطاقة اللازمة للنشاط اليومي للجسم.
- نقص الشهية للطعام.
- اضطراب النوم.
- تشوش الذهن.
- الشعور بالدوخة والصداع.
- الشعور بتسرع نبضات القلب.
- الشعور بضيق التنفس.
- الشعور بالإحباط والإرهاق.

### ماهي بعض أسباب فقر الدم؟

- بعض الأمراض مثل مرض الكلى، أو مرض الكبد، أو مرض الإيدز أو مرض المناعة مثل الذئبة الحمامية.
- بعض الأمراض التي تخرب الكريات الحمراء، مثل فقر الدم المنجلي.
- ضياع الدم من الحوادث، أو العمليات الجراحية، أو تقرحات المعدة، أو أورام الكلية وجهاز الهضم أو أسباب أخرى.



- أي التهاب أو تخرثم في الجسم.

- نقص الحديد في الجسم، أو الفيتامين ب ١٢، أو

حمض الفوليك الضرورية لصنع الكريات الحمراء

(يوجد الحديد في الخضراوات ذات الأوراق الخضراء

مثل البقدونس، والكبد. كما يوجد الفيتامين ب ١٢

في البيض والسّمك والكبد).

- سوء التغذية ينقص الوارد من الحديد والفيتامينات

الضرورية لصنع الكريات الحمراء.

قبل البدء في معالجة فقر الدم، سيأمر طبيبك

بفحوصات لك لكي يحدد سبب فقر الدم لديك

ب/ الهيماتوكريت.

ج/ الترانسفيرين.

د/ الهيموغلوبين.

### الأجوبة:

1- ب

2- أ

3- د

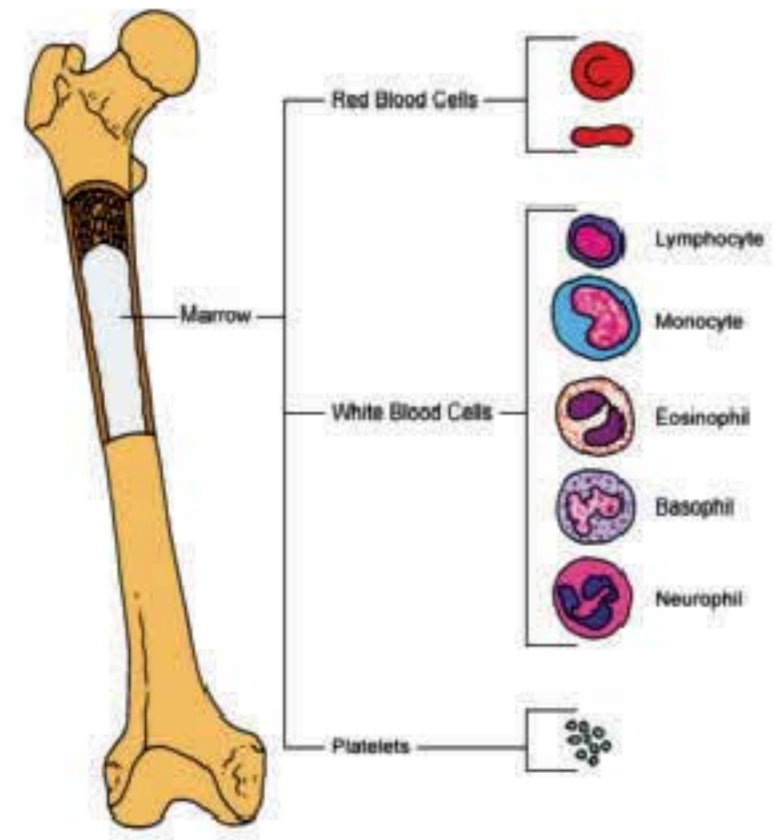
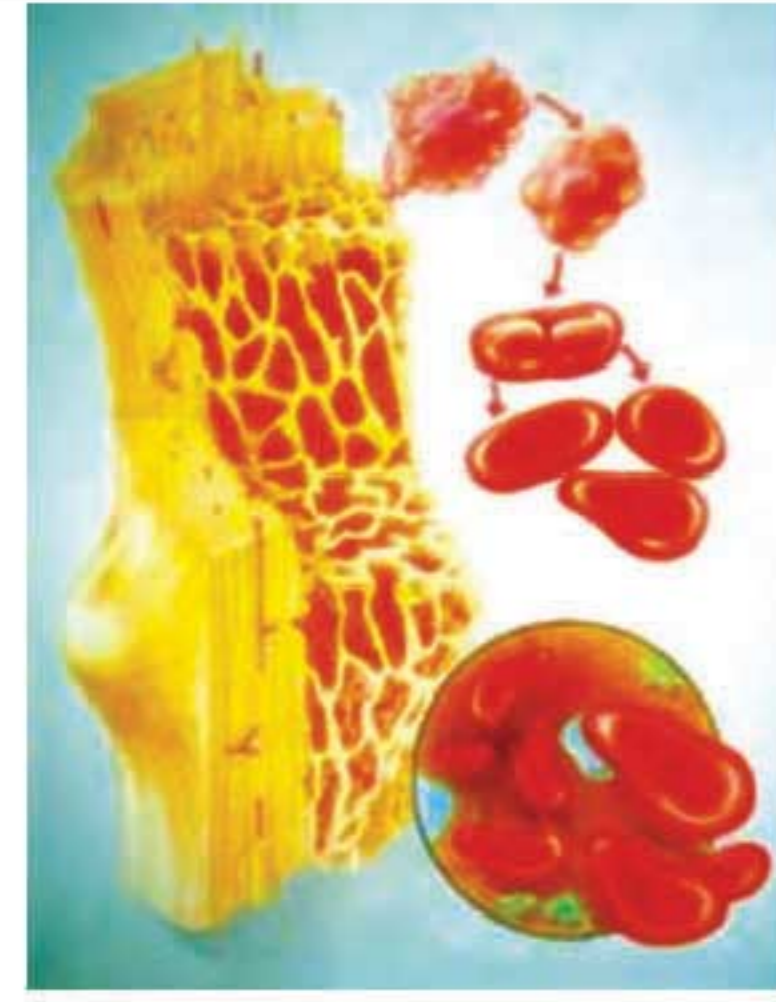
4- ج

5- ب

6- د

7- أ

8- ب



## لماذا يحدث فقر الدم للمرضى المعالجين بالديليزة (غسيل الكلى الصناعية او البريتونية)؟

تصنع الكلى الأصلية في الجسم هرمونا اسمه هرمون اصطناع الدم (ايبوتين). الهرمونات هي مفرزات يصنعها الجسم للمحافظة على صحته. يمرض هرمون اصطناع الدم الجسم على صنع الكريات الحمراء. عندما يحصل مرض الكلى لا تعود الكلى قادرة على صنع هرمون اصطناع الدم وينخفض بالتالي مستواه في الدم فيؤدي بالنتيجة لنقص صنع الكريات الحمراء وفقر الدم.

**فائدة:** تحدث مع طبيبك لمعرفة إذا كان لديك فقر دم. حضر أسئلتك وأكتب الأعراض والأدوية التي تتناولها والتي تتحسس منها والمشاكل المرضية الأخرى. أعرض قائمة الأعراض على طبيبك، ناقش ما تشعر به وأسأل ولا تستح.

## هل كل مرضى الديليزة معرضون لفقر الدم؟

معظم مرضى الكلى معرضون لفقر الدم. يمكن أن يحدث فقر الدم في مرحلة مبكرة من المرض ثم يزداد مع الزمن وتقدم المرض وفشل الكلى في أداء وظيفتها وفي صنعها هرمون اصطناع الدم. يمكن أن يلاحظ فقر الدم أكثر :  
- إذا كنت مصاباً بالداء السكري.  
- إذا كانت وظيفة الكلى قد وصلت غلى مستوى منخفض جداً أو الفشل الكلوي إلى أعلى مستوى.  
- إذا كان المريض انثى.

2

ج/ ايبوتين  
د/ بتو

## 5- عدم معالجة فقر الدم عند مرضى الكلى شكل خطورة عليهم لأن:

أ/ يمكن أن تخرب الرئة.  
ب/ يمكن أن تخرب القلب.  
ج/ يمكن أن تخرب الكبد.  
د/ يمكن أن تخرب العظام.

## 6- من هذه الأعراض ليس من أعراض فقر الدم:

أ/ الشعور بالبرد طول الوقت.  
ب/ الضعف العام ونقص الطاقة.  
ج/ ضيق التنفس وألم الصدر.  
د/ حدوث اندفاعات جلدية.

## 7- تتضمن معالجة فقر الدم عند مرضى الكلى عادةً:

أ/ حقن ايبوتين أو أرانيسب مع علاج بالحديد.  
ب/ حقن ايبوتين أو أرانيسب مع فيتامين د.  
ج/ علاج بالحديد مع نقل الدم.  
د/ علاج بالحديد مع فيتامين د.

## أي فحص دم يقيس النسبة المئوية للكريات الحمراء في الدم؟

أ/ الفريتين.

## أسئلة حول فقر الدم

### 1- فقر الدم يعني نقص:

أ/ السوائل في بلازما الدم.  
ب/ الكريات الحمراء التي تحمل الأوكسجين.  
د/ الكريات البيضاء التي تحارب الجراثيم.

### 2- عوامل التخثر في الدم:

يحدث فقر الدم في:  
أ/ مرحلة مبكرة.

ب/ نادراً عند مرضى الكلى.

ج/ عند مرحلة الغسيل الكلوي أو زراعة الكلى.

د/ بعد سنوات عديدة من الغسيل الكلوي.

### 3- فقر الدم يشكّل مشكلة عند مرضى الكلى لأنهم:

أ/ يبطلون دماً ولا يوجد لديهم كفاية من الدم

ب/ تنفجر الكريات الحمراء عندهم بسبب السموم الكلوية

ج/ لديهم ليات حمر بشكل كافٍ ولكن أجسامهم لا تستطيع استخدامها.

د/ لا تصنع أجسامهم صنع هرمون اصطناع الدم بشكل كافٍ.

الهرمون الذي يمرض نخاع العظم على صنع الكريات الحمر يدعى:

أ/ ليو

ب/ هيمو

ج/ ايبوتين

9



خطيرة على صحتك. من هذه المضاعفات أن يعمل قلبك بشكل ضعيف وبصعوبة أكبر ويؤدي لتضخم القلب . للأسف ، فإن كثيراً من المرضى يصابون بتضخم القلب حتى قبل الوصول لمرحلة الغسيل الكلوي، وبعضهم يمكن أن يتوفى في هذه المرحلة . التدخل وعلاج فقر الدم مبكراً يمكن أن يساعد في تجنب حدوث تضخم القلب لدى مرضى الكلى.



### نصيحة: معالجة فقر الدم هام من أجل:

- خفض احتمال حدوث المضاعفات الناجمة عن فقر الدم.
- توفير الطاقة الضرورية لجسمك.
- تحسين نوعية حياتك.
- تحسين أدائك للنشاطات الجسديه مثل ممارستك للرياضه.

### كيف سيعطى الحديد لي؟

أفضل كفاءة للحديد تكمن في إعطائه حقناً عن طريق الوريد . يتم ذلك عادة أثناء جلسة الغسيل الدموي عن طريق حقن الحديد في انبوب الدم الذي يمر في جهاز الغسيل. أما بالنسبة لمرضى الغسيل البريتوني، يمكن إعطاء الحديد حقناً بالوريد أو بالحبوب عن طريق الفم.

### كم ستستمر معالجة فقر الدم؟

ربما ستحتاج إلى معالجة فقر الدم مابقيت حياً وأحياناً حتى بعد زراعة كلية لك. فلربما حتى الكلية الجديدة التي زرعت لك لاتستطيع أن تصنع كمية كافية من هرمون اصطناع الدم اللازم لصنع الكريات الحمر لديك. أحد الأسباب لذلك ربما تكون أدوية منع الرفض للكلية المزروعة . لذا ربما ستحتاج للاستمرار في تلقي علاج فقر الدم بعد زراعة كلية لك.

### ماذا سيحدث إذا لم يعالج فقر الدم لدي؟

إذا لم يعالج فقر الدم فلربما تحدث مضاعفات



### كيف أعلم أن عندي فقر دم؟

بعض المرضى لايشكون من أعراض ، لذا وجب عمل فحص تعداد الدم وخضاب الدم (الهيموغلوبين) مرة كل سنة عند المرضى المصابين بمرض الكلى. خضاب الدم هو مادة تسكن داخل الكريات الحمراء ومسؤولة عن نقل الأوكسجين لكل أنحاء الجسم. يمكن لطبيبك أن يعرف إذا ما كان لديك فقر دم من قياس مستوى خضاب الدم لديك. إذا كان مستوى خضاب الدم أقل من الطبيعي (١٣,٥ عند الرجال و ١٢,٠ عند النساء) فإن ذلك يعني أن عندك فقر دم. سيقوم طبيبك تبعاً لذلك بعمل فحوصات أخرى لمعرفة السبب الحقيقي لفقر الدم لديك ووضع العلاج المناسب له.

### حقيقه:

عندما لا يكون الهرمون الذي تصنعه الكلية كافياً (وهو السبب الأساسي في حدوث فقر الدم عند مرضى الكلى) فيجب تعويضه بالأدوية. الهرمون الموجود في الدواء يحرض صنع الكريات الحمراء في جسمك عندما تتوقف الكلية عن صنعه.



## كيف يعالج فقر الدم؟

إذا كان السبب في فقر الدم مرض الكلى عندئذ

يعالج بـ:

– أدوية محرّضة على اصطناع الدم تعمل مثل هرمون اصطناع الدم الطبيعي من أجل التعويض عن نقص هذا الهرمون في الجسم.

– املاح الحديد: يحتاج جسمك إلى الحديد لصنع الكريات الحمر وخاصة عند ما تأخذ أدوية هرمون اصطناع الكريات الحمر. بدون الحديد لن يعمل الهرمون جيداً.

**ما هو الهدف الذي نسعى إليه عند علاجنا لفقر الدم عند مرضى الكلى؟**

هدف العلاج الذي يعطى لمرضى الكلى هو الوصول إلى مستوى خضاب دم ١١ على الأقل وهو ادنى مستوى مقبول لكي يجعلك تشعر بأنك في حال جيدة. كلما اقتربنا من هذا الهدف ستلاحظ عودة النشاط والحيوية لجسمك وستشعر بأنك اقل تعباً مما كنت عليه من قبل.

### فائدة:

تحدث مع طبيبك لمعرفة إذا كان لديك فقر دم .. حضر أسئلتك وأكتب الأعراض والأدوية التي تتناولها والتي تتحسس منها والمشاكل المرضية الاخرى. اعرض قائمة الأعراض على طبيبك .. ناقش ما تشعر به وأسأل ولا تستح.

## ماهي كمية الحديد التي نحتاجها؟

الهدف من إعطائك الحديد هو الوصول إلى مستوى خضاب الدم ١١,٠ وطبيبك سيقدر كمية الحديد اللازمة لذلك وسيعتمد في قراره على:

- مستوى خضاب الدم لديك
- جرعة الإيبوتين التي تتلقاها
- نتائج فحوصات الحديد في الدم.

## كيف يتم فحص مستوى الحديد لدي؟

يوجد فحصان هامان للدم يمكن بواسطتهما تحديد مخزون الحديد لديك. هذان الفحصان هما:

### نصيحة

أسأل طبيبك أو فريق العناية الطبية عن نتائج فحوصات مستوى خضاب الدم والحديد والفحوصات الاخرى الهامة ..... هذه الفحوصات تساعد على مراقبة بقائك ضمن الهدف المنشود.

– مستوى إشباع البروتين الناقل للحديد (ترانسفيرين) ويجب أن يكون على الأقل ٢٠%.

– مستوى البروتين الخازن للبروتين (فريتين):

ويجب أن يكون أكثر من ٢٠٠ نغ/ مل عندما تكون على الغسيل الدموي

ويجب أن يكون أكثر من ١٠٠ نغ/ مل عندما تكون على الغسيل البريتوني.

## كم مرة يجب أن يعاد فحص مستوى الحديد في الدم؟

إذا كنت تحت العلاج بالإيبوتين من أجل فقر الدم سيتم فحص الدم من أجل مستوى الحديد مرة كل شهر حتى يستقر مستوى خضاب الدم لديك . ولكن عندما يستقر فقر الدم لديك أو أن فقر الدم لديك لا يحتاج للعلاج فسيتم فحص مستوى الحديد مرة كل ثلاثة أشهر.



## كيف يمكن لطبيبي أن يعرف فيما إذا كنت أستجيب للعلاج بالإيوتين؟

طبيبك سوف يأمر بفحص مستوى خضاب الدم مرة كل شهر. هذا الفحص يمكن أن يخبر طبيبك كيف تتقدم بالعلاج وربما يقوم بتغيير جرعة الإيوتين تبعاً لذلك زيادة أو نقصاً.



## هل يمكن أن أحتاج علاج إضافي من أملاح الحديد؟

يحتاج جسمك إلى الحديد لصنع الكريات الحمراء. عندما تبدأ بتناول الإيوتين سيبدأ جسمك بصنع كريات حمراء أكثر وسيستهلك الحديد

المخزون في جسمك بسرعة أكبر. بالإضافة لذلك، عندما تكون على الغسيل الدموي فإن بعض الدم يضيع في مرشح الغسيل (الفلتر) مما يؤدي بالتالي لنقص في كمية الحديد في جسمك. لذا ستحتاج على الأغلب لكمية إضافية من الحديد. بدون الكمية الإضافية من الحديد لن يعمل الإيوتين بشكل صحيح.

### حقيقة:

الحديد هام في علاج فقر الدم. بدون حديد كافٍ الإيوتين سيهدر وتأثيره سيضيع ولن تصل إلى مستوى خضاب الدم المطلوب.



## كيف يعطى دواء هرمون اصطناع الدم (إيوتين)؟

يعطى الإيوتين بطريقتين:

- عن طريق الحقن تحت الجلد.
- عن طريق الحقن بالوريد.

سوف يحدد طبيبك طريقة حقن الإيوتين المناسبة لك.

## كم هي كمية الإيوتين التي سأحتاجها؟

سيصف لك طبيبك كمية كافية من الإيوتين لزيادة خضاب الدم لديك بشكل تدريجي للوصول إلى المستوى المنشود.

تعتمد كمية الإيوتين التي ستلقاها على

- المستوى الحالي لخضاب الدم.
- مدى استجابة جسمك للعلاج بالإيوتين.
- نوع الإيوتين الذي سيعطيك إياه الطبيب: يوجد نوعان من الإيوتين حالياً هما:

الإيوتين قصير التأثير:

إيوتين ألفا (إيبريكس) وإيوتين بيتا (روكورمون)

تؤثر هذه المجموعة بشكل أفضل عندما تعطى حقناً تحت الجلد منها عندما تعطى حقناً بالوريد.

الإيوتين طويل التأثير:

تؤثر هذه المجموعة بنفس الفعالية عندما تعطى عن طريق الحقن تحت الجلد أو في الوريد. مثال على هذه المجموعة داري بويتين (ارانيسب).

- طريقة إعطاء الإيوتين حقناً تحت الجلد أو حقناً بالوريد.

### إرشاد:

إذا دخلت المستشفى في أي وقت لسبب ما فربما سيقوم طبيبك بتعديل في علاج فقر الدم لديك بتعديل طريقة أو كمية العلاج بالإيوتين

