

Гемоглобиндин деңгээлинин азайышы клиникалык көрүнүштөргө ээ болбошу мүмкүн.

Эгерде, Сизге «**анемия**» деген диагноз коюлса, көпчүлүк адамдар, Сиздин каныңыз аз экен деп айтышат. Мунун өзү анемия дегенибиз, Сиздин органдарыңызга жана ткандарыңызга кислород жеткире турган таза кызыл кан клеткаларынын, эритроциттердин саны азайган кездеги абалды билдирет. Анемия ар дайым **гемоглобиндин** – эритроциттерде камтылган жана өпкөдөн келген кислород менен байланыша турган белоктун азайышы менен коштолот. Анемиянын көп түрү бар, алардын ар бири ар кандай себептерден улам пайда болот. Анемия кыска мөөнөттүү дарт болушу же анын тескерисинче өнөкөт дартка айланышы мүмкүн.

**Анемия** – кандын бат азайып туруучу дарты. Эгерде, Сиз өзүңүздө анемия бар деп ойлосоңуз, анда, Сиз гематологго кайрылышыңыз керек. Гематолог – бул кандын дарттары боюнча иш жүргүзгөн врач. Анемия олуттуу дарттын белгиси болушу мүмкүн. Анын себебине жараша, анемияны дарылоо таблеткаларды ичүү менен эле чектелиши же медициналык татаал жол-жоболорду талап кылышы мүмкүн.

**Анемиянын симптомдору.** Анемиянын негизги симптому – алсыроо жана тез чарчоо.

Ошондой эле:

- ◆ теринин жана көрүнүп турган чел кабыктардын кер-сары тартышы;
- ◆ жүрөктүн тез-тез кагышы;
- ◆ демдин кыстыгышын же абанын жетишсиздигин сезүү;
- ◆ табиттин начарлашы;

- ◆ жүрөктүн тегерегинин оорушу;
- ◆ баш айлануу;
- ◆ баш оору;
- ◆ манжалардын муздашы.

Жеңил жана орто даражадагы анемиянын белгилери билинбешти жана канга анализ жүргүзүлгөндө гана билиниши мүмкүн. Бирок, гемоглобиндин азайышынын даражасы жогорулаган сайын анемиянын белгилери жана симптомдору көрүнөт.

**Анемия** – бул эритроциттердин саны же андагы гемоглобиндин камтылышы ченемден төмөн болгон абал.



Эгерде, Сизде анемия болсо, мунун өзү таза (кадимки) эритроциттердин синтезинин азайгандыгын же алардын коромжу болушунун өтө жогору (кан агуу, эритроциттердин бузулушу) өтө жогору экендигин билдирет. Натыйжада эритроциттердин, гемоглобиндин саны азаят жана тиешелүү түрдө ал алып жүрө турган кислороддун саны кыскарат – анемиянын симптомдору пайда болот.

### **Темирдин жетишсиздигинен пайда болгон анемия**

Бул анемиянын абдан көп кездеше турган түрү. Темирдин жетишсиздиги анын өнүгүшүнүн себеби болуп саналат. Гемоглобинди синтездөө үчүн сөөктүн чучугуна темир зарыл болот. Айызы келген маалда, каны көп кеткен өспүрүм кыздар, темирдин жетишсиздигинен улам анемиясы өнүгүп кете турган тобокел тобу болуп саналат.

### **Кандын анализи жана анемияны аныктоо**

Кандын анализинде, гемоглобиндин азайгандыгы табылган учурда, анемиянын тибин так белгилөө үчүн кошумча анализдин топтому жасалат.

### **Анемияны дарылоо**

Анемия көбүнчө жетиштүү түрдө жакшы дарыланат. Бирок, көпчүлүк учурларда гемоглобинди жана эритроциттердин санын калыбына келтирүү 15-30 күнгө созулат.

Темирдин көп саны этте, буурчакта жана башка чанактуу өсүмдүктөрдө, жаңгактарда жана кургатылган мөмө-жемиштерде болот. B12 витамини этте жана сүт азыктарында болот.

Фолий кычкылы – апельсин ширесинде жана башка жемиштерде бар. Балдар өсүп жаткан мезгилде жана кош бойлуу аялдарга туура тамактануу айрыкча маанилүү.

Темирге же витаминдерге аябай муктаж болгон адамдарга темирди жана фолий кычкылын камтыган мультивитамин комплекстери дайындалышы мүмкүн.



*Сураныч, ушуга көңүл буруңуз, темирди камтыган препараттарды өзүңүз алсыроону же чарчоону сезген бардык эле учурларда эмес, көрсөтмөлөр боюнча гана пайдалануу керек.*

**«Help the Children-SKD» Коомдук Кайрымдуулук Фонду**

тел.: +996 (312) 905 178,  
[www.deti.kg](http://www.deti.kg)

Материал «Help the Children-SKD» Коомдук Кайрымдуулук Фондунун «Жашоо үчүн билим берүү» долбоорунун алкагында Кыргыз Республикасынын Калкты социалдык коргоо боюнча министрлиги, КР Саламаттык сактоо министрлигинин Энеликти жана балалыкты коргоо улуттук борборунун балдар гематологиясы бөлүмүнүн врачтары.