

شیوع کمبود آهن و کم خونی ناشی از آن در بین دختران دبیرستانی شهر یزد در سال ۸۷-۱۳۸۶

دکتر حسن مظفری خسروی^{۱*}، دکتر محمود نوری شادکام^۲، یوسف نقیایی^۳

چکیده

مقدمه: کم خونی علل مختلفی دارد ولی قریب ۵۰ درصد از کم خونی‌ها ناشی از کمبود آهن است. شدیدترین پیامد تخلیه آهن بدن کم خونی ناشی از کمبود آهن می‌باشد که هنوز هم به عنوان شایع‌ترین کمبود تغذیه‌ای در دنیا مطرح است. افزایش نیاز و عدم تأمین آن، دریافت ناکافی، نارسایی در جذب و انتقال آهن، دفع فیزیولوژیکی از طریق عادت ماهیانه و خونریزی حاد و مزمن، عفونت انگلی نسبت به کرم‌های قلاب‌دار، عفونت‌های حاد و مزمن نظیر مالاریا، سل و ایدز، سایر کمبودهای تغذیه‌ای نظیر کمبود ویتامین آ، ب۱۲، اسید فولیک، ریبوفلاوین و مس، استفاده از داروها و ابتلا به برخی سرطان‌ها از علل این نوع کم خونی هستند.

روش بررسی: این مطالعه به عنوان یک بررسی مقطعی - توصیفی از نیمه دوم سال ۱۳۸۶ شروع و خرداد ماه سال ۱۳۸۷ پایان یافت. جمعیت مورد مطالعه دانش‌آموزان سال اول دبیرستان‌های دخترانه شهر یزد بودند. از بین دبیرستان‌های دخترانه به صورت تصادفی ۸ دبیرستان انتخاب و ۲۰۰ نفر در مطالعه شرکت داده شدند. از هر دانش‌آموز ۵ سی‌سی خون سیاهرگی جهت اندازه‌گیری فریتین و CBC گرفته شد. فریتین به روش ECLIA و سایر فراسنج خونی با استفاده از سل کانتر SYSMEX KX21N ساخت کشور ژاپن توسط آزمایشگاه مرکزی یزد انجام شد. هموگلوبین کمتر از ۱۲ گرم در صد به عنوان کم خونی، فریتین کمتر از ۱۲ میکروگرم در لیتر به عنوان کمبود آهن و در صورتی که هر دو کمتر از مقدار یاد شده بود به عنوان کم خونی ناشی از کمبود آهن در نظر گرفته شد.

نتایج: میانگین سن (سال) و نمایه توده بدن (کیلوگرم بر متر مربع) دانش‌آموزان به ترتیب $15/19 \pm 0/7$ و $21/5 \pm 4/2$ و توزیع فراوانی افراد بر حسب سن ۱۴، ۱۵ و ۱۶ سال و بالاتر به ترتیب ۱۳، ۵۸/۵ و ۲۸/۵ درصد به دست آمد. میانگین هموگلوبین $12/8 \pm 0/9$ گرم در صد، هماتوکریت $38/9 \pm 3/3$ درصد، $80/7 \pm 4/3$ MCV، $26/6 \pm 1/8$ MCH، $33/2 \pm 3/6$ MCHC، گرم در دسی لیتر و فریتین سرم $18/2 \pm 23$ میکروگرم در لیتر بدست آمد. در کل ۱۳/۵ درصد از افراد کم خون بوده که ۹/۳ درصد آن (تقریباً ۶۸ درصد) کم خونی ناشی از کمبود آهن بوده است. ۳۴/۷ درصد از افراد مورد مطالعه نیز به کمبود آهن مبتلا بودند.

نتیجه‌گیری: با عنایت به تقسیم‌بندی سازمان جهانی بهداشت شیوع کم خونی بدست آمده در این مطالعه، بیانگر خفیف بودن مسئله کم خونی به عنوان مشکل بهداشت همگانی در منطقه می‌باشد ولی کمبود آهن در حد قابل توجه‌ای بالاست و انجام اقدامات مناسب جهت کاهش کمبود موجود و پیشگیری از بروز این کمبود امری ضروری و قابل توصیه است.

واژه‌های کلیدی: کم خونی، کم خونی ناشی از کمبود آهن، کمبود آهن، دختران دانش‌آموز

مقدمه

کم خونی‌ها ناشی از کمبود آهن است (۱). شدیدترین پیامد تخلیه آهن بدن کم خونی ناشی از کمبود آهن می‌باشد که هنوز هم به عنوان شایع‌ترین کمبود تغذیه‌ای در دنیا مطرح است. گرچه کم خونی ناشی از کمبود آهن یک عارضه چند عاملی است ولی کلاً

کم خونی ناشی از علل مختلفی است ولی قریب ۵۰ درصد از

* ۱- نویسنده مسئول: دانشیار گروه تغذیه - تلفن: ۰۳۵۱-۷۲۴۹۳۳۳

Email: Mozaffari.kh@gmail.com

نمابر: ۰۳۵۱-۷۲۵۸۴۱۳

۲- استادیار گروه اطفال

۳- کارشناس تغذیه

۱-۳- دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد

تاریخ پذیرش: ۱۳۸۷/۴/۴

تاریخ دریافت: ۱۳۸۷/۱۰/۱