Liečba anémie sa líši v závislosti od typu a príčiny

Zverejnené: 3. septembra 2024 | Autor: Mgr. Hana Neuschlová



Anémia je stav, pri ktorom telu chýba dostatok zdravých červených krviniek, ktoré organizmus potrebuje na prenos dostatočného množstva kyslíka do tkanív. Toto ochorenie má za následok (okrem iných symptómov) aj pocit únavy a slabosti. Anémia sa môže vyskytnúť z rôznych dôvodov a jej závažnosť sa môže pohybovať od mierneho stavu až po závažný. V závislosti od príčiny môže byť dočasná alebo chronická.

Príznaky

Príznaky anémie sa môžu líšiť v závislosti od závažnosti a príčiny. Medzi bežné príznaky patria:

- únava a slabosť,
- dýchavičnosť,

- závrat alebo točenie hlavy,
- studené ruky a nohy,
- bledá alebo žltkastá pokožka,
- bolesť v hrudi,
- bolesti hlavy,
- nepravidelný srdcový tep (palpitácie),
- ťažkosti so sústredením.

V závažnejších prípadoch môže anémia viesť k vážnejším zdravotným komplikáciám a vyžaduje si rýchlu lekársku pomoc.

Príčiny

Anémia môže byť spôsobená rôznymi faktormi, ktoré sú všeobecne rozdelené do 3 hlavných skupín:

1. strata krvi,
2. znížená tvorba červených krviniek,
3. zvýšená deštrukcia červených krviniek.

Strata krvi

- Chronické krvácanie z gastrointestinálnych príčin (vredy, gastritída, hemoroidy alebo rakovina).
- Menštruačné krvácanie silné menštruačné cykly (menorágia).
- Zranenie alebo chirurgický zákrok významná strata krvi v dôsledku traumy alebo chirurgických zákrokov.

Znížená produkcia červených krviniek

- Nedostatok nutrientov: nedostatok železa, vitamínu B12 alebo kyseliny listovej.
- Problémy s kostnou dreňou a kmeňovými bunkami: patrí sem napríklad aplastická anémia, kedy telo prestane produkovať dostatok nových krviniek.
- Chronické ochorenia: chronické ochorenie obličiek, ktoré ovplyvňuje produkciu erytropoetínu, hormónu, ktorý stimuluje tvorbu červených krviniek.
- Genetické poruchy: ako talasémia alebo sideroblastická anémia.
- Niektoré lieky: ktoré interferujú s tvorbou červených krviniek.

Zvýšená deštrukcia červených krviniek

- Hemolytická anémia: stavy, pri ktorých sa červené krvinky deštruujú rýchlejšie, ako sa môžu tvoriť, čo môže byť spôsobené autoimunitnými ochoreniami, infekciami alebo určitými liekmi.
- Dedičné poruchy: ako je kosáčikovitá anémia, pri ktorej abnormálny hemoglobín spôsobuje deformáciu a rozpad červených krviniek.
- Toxíny: vystavenie určitým chemikáliám alebo toxínom, ktoré môžu poškodiť červené krvinky.
- Zväčšená slezina (splenomegália): ktorá môže zachytávať a ničiť červené krvinky.

Anémia môže byť tiež multifaktoriálna, pričom sa na nej podieľa niekoľko faktorov súčasne. Správna diagnóza a liečba závisia od identifikácie základnej príčiny.

Diagnostika

Diagnostika anémie sa skladá z niekoľkých krokov – stanovenie anamnézy, fyzikálne vyšetrenie a laboratórne testy.

Pri lekárskej anamnéze sa lekár pýta na symptómy, životosprávu, rodinnú anamnézu anémie alebo iných krvných porúch a akékoľvek základné zdravotné ťažkosti.

Pri fyzikálnom vyšetrení môže lekár kontrolovať fyzické príznaky anémie (bledá pokožka, rýchly tlkot srdca alebo zväčšená slezina).

Laboratórne testy

Kompletný krvný obraz

- Hemoglobín a hematokrit: meria množstvo hemoglobínu a podiel červených krviniek v krvi.
- Počet červených krviniek: počet červených krviniek vo vzorke krvi.
- Stredný objem erytrocytov (MCV): meria priemernú veľkosť červených krviniek. To pomáha určiť typ anémie (napr. mikrocytárna, normocytárna alebo makrocytárna).

Diferenciálny krvný obraz

Skúma veľkosť, tvar a farbu červených krviniek pod mikroskopom s cieľom identifikovať akékoľvek abnormality.

Počet retikulocytov

Meria počet mladých červených krviniek (retikulocytov) v krvi na vyhodnotenie funkcie kostnej drene.

Ďalšie testy na základe počiatočných výsledkov

Ďalšie **vyšetrenia na stanovenie diagnózy anémie** vyhodnocujú sérové železo (FeS), sérový feritín, väzbovú kapacitu pre železo (CVK), saturáciu transferínu, hladinu vitamínu B12 a folátov, vyšetrenie kostnej drene biopsiou (ak je príčina anémie nejasná).

Ďalej sa uplatňujú **testy na hemolýzu** – hladina laktátdehydrogenázy (LDH), jej zvýšené hladiny môžu naznačovať deštrukciu červených krviniek. Znížené hladiny haptoglobínu, zvýšené hladiny bilirubínu či priamy antiglobulínový test (DAT alebo Coombsov test).

Môžu sa využiť aj **testy na chronické ochorenia**, pri ktorých sa používajú hodnotenie funkcie obličiek, funkcie pečene a zápalových markerov, aby sa zistilo, či existuje chronické ochorenie, ktoré prispieva k anémii.

Liečba

Liečba anémie závisí od základnej príčiny a závažnosti stavu. Tu sú bežné liečebné prístupy pre rôzne typy anémie:

1. Ak sa jedná o anémiu z nedostatku železa, odporúča sa zvýšenie príjmu potravín bohatých na železo

(červené mäso, hydina, ryby, strukoviny a zelená listová zelenina), doplnky výživy s obsahom železa a ak je to možné, lieči sa základná príčina (napr. žalúdočné vredy).
2. Anémia z nedostatku vitamínov – odporúča sa suplementácia vitamínov B12 a kyseliny listovej, konzumácia potravín bohatých na tieto vitamíny.
3. Anémia spôsobená chronickými chorobami – zakladá sa na liečbe základného stavu (chronické ochorenie obličiek, reumatoidná artritída alebo infekcie).
4. Hemolytická anémia
    1. Liečba infekcií: v prípade, ak je prítomná infekcia, ktorá spôsobuje deštrukciu červených krviniek.
    2. Imunosupresívne lieky: pri autoimunitnej hemolytickej anémii sa môžu použiť lieky, ako sú kortikosteroidy alebo iné imunosupresíva.
    3. Krvné transfúzie: využívajú sa v závažných prípadoch na rýchle zvýšenie počtu červených krviniek.
5. Aplastická anémia
    1. Krvné transfúzie: na dodanie červených krviniek a krvných doštičiek.
    2. Transplantácia kostnej drene: pre ťažké prípady, najmä u mladších pacientov.
    3. Imunosupresívna terapia: na zníženie aktivity imunitného systému, ktorý "útočí" na kostnú dreň.

Všeobecné opatrenia

Pacient by mal dbať na **úpravu životného štýlu a stravy**. Jesť vyváženú stravu bohatú na základné živiny a vyhýbať sa látkam, ktoré môžu narúšať vstrebávanie železa (napr. doplnky vápnika a antacidá užívané so železom).

Malo by sa dbať na **monitorovanie stavu** – pravidelné kontroly na sledovanie hladín hemoglobínu a celkového zdravia.

Každý liečebný plán je prispôsobený špecifickému typu a príčine anémie pacienta.

Záver

Anémia je stav, keď telu chýba dostatok zdravých červených krviniek, ktoré slúžia na prenos dostatočného množstva kyslíka do tkanív. Môže byť spôsobená stratou krvi, zníženou tvorbou červených krviniek alebo zvýšenou deštrukciou červených krviniek. Medzi bežné typy patrí anémia z nedostatku železa, anémia z nedostatku vitamínov a anémia z chronických chorôb. Diagnóza zvyčajne zahŕňa krvné testy na určenie hladín hemoglobínu a identifikáciu základných príčin. Liečba sa líši v závislosti od typu a príčiny, zahŕňa doplnky výživy, diétne zmeny, lieky alebo postupy, ako sú krvné transfúzie alebo transplantácie kostnej drene.