

ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНАЯ АНЕМИЯ И ОПЕРАЦИЯ

Анемия обусловлена либо низким количеством красных кровяных телец, то есть эритроцитов, либо тем фактом, что эритроциты не могут связывать достаточное количество кислорода. Красные кровяные тельца содержат гемоглобин (Hgb), который переносит кислород по организму. Низкий уровень гемоглобина называется анемией. Зачастую это вызвано дефицитом железа в организме – либо потому, что в организме недостаточно запасов железа, либо из-за того, что железо не всегда хорошо усваивается организмом.

Пациентам с анемией с большей вероятностью потребуется переливание крови после операции. В некоторых случаях им необходимо более длительное пребывание в больнице, период восстановления у них может протекать более сложно, чем у пациентов без анемии до операции. На основании лечебных указаний, перед плановой операцией пациентов обследуют на предмет анемии и при необходимости проводят лечение.

Чем себе помочь

Если во время обследования перед операцией у Вас впервые обнаружат анемию, то обратитесь к семейному врачу или в кабинет анемии. Анемия может быть признаком проблемы со здоровьем, которой необходимо заняться.

Также стоит увеличить в рационе количество продуктов, которые содержат железо. Для организма очень важно сбалансированное питание, чтобы железо поступало в достаточном количестве.

К продуктам, богатым железом, относятся:

- красное мясо, рыба и птица;
- бобовые и плоды с зелеными листьями;
- обогащенные железом сухие завтраки.

Не менее важно, чтобы в рационе было достаточно витамина С, так как он помогает железу лучше усваиваться. Хорошие источники витамина С – это апельсины, брокколи и болгарский перец.

После операции также рекомендуется заместительная терапия железом, поскольку изменения в рационе не всегда обеспечивают достаточных запасов железа.

Заместительная терапия железом

Во время предоперационной оценки Вашего здоровья берутся анализы крови, чтобы определить наилучший способ замены железа. Если до операции достаточно времени, то в течение 4–6 недель рекомендуется пить таблетки железа, а затем еще раз измерить гемоглобин в крови. Если Вы хорошо переносите таблетки железа и ответ на лечение положительный, то пероральная заместительная терапия железом будет продолжаться в течение следующих 6 недель (всего три месяца) для восстановления запасов железа в организме. Пациенты, которые не переносят пероральный прием таблеток железа или у которых результаты анализа крови не показывают положительной динамики, могут быть направлены в поликлинику для внутривенного введения железа.

У большинства пациентов заместительная терапия железом не означает, что операция будет отложена. Регулярный прием таблеток железа и анализы крови на шестой неделе позволяют без промедления внести Вас в лист ожидания.

Применение пероральных препаратов железа

Вы можете купить препараты железа в аптеке. Важна доза железа – взрослый человек должен получать 150–200 мг двухвалентного железа в сутки, например сульфат железа (II) 100–200 мг 1 раз в сутки.

Принимайте содержащий железо препарат каждый день примерно в одно и то же время, желательно утром натощак. Железо лучше всего усваивается за час до еды или приема других лекарств.

Принимайте таблетки, запивая стаканом апельсинового сока, так как витамин С, содержащийся в соке, помогает железу лучше усваиваться и способствует эффективности лечения.

Препараты для защиты желудка (например, омепразол), чай, кофе, пшеница и молочные продукты мешают всасыванию железа, поэтому их можно принимать через 1–2 часа после приема железосодержащих добавок.

Если Вам назначили трехмесячный курс пероральной заместительной терапии железом, то его важно пройти до конца, поскольку для восполнения запасов железа в организме требуется время.

Возможные побочные действия препаратов железа

Наиболее частыми побочными эффектами препаратов железа являются тошнота, запор, диарея и дискомфорт в желудке. При сохранении побочных эффектов рекомендуется принимать препараты железа через день, но не прекращать их прием полностью. Например, можно принимать железо только по понедельникам, средам и пятницам. При дискомфорте в желудке таблетки железа можно принимать через час после еды. Это лучше, чем полностью прекратить прием. Во время заместительной терапии железом Вы также можете заметить, что стул потемнел – после окончания лечения это пройдет.

Внутривенная заместительная терапия железом

Пациентов, которым показана внутривенная заместительная терапия железом, приглашают в дневной стационар Северо-Эстонской Региональной больницы. Внутривенная терапия железом длится около часа. Подробные инструкции будут даны в день приема в больнице. В вену вводится канюля, через которую препарат железа вводится в организм в течение 20–30 минут. Вводимое внутривенно железо, как правило, безопасно и хорошо переносится, хотя у некоторых пациентов могут появиться реакции в месте инъекции или, реже, аллергия. Некоторые пациенты в процессе переливания железа чувствуют приливы жара или головокружение. На следующий день могут появиться легкие симптомы, напоминающие простуду, такие как боль в суставах и жар. Обычно необходимо посетить два приема. Также важно отметить, что внутривенное введение железа не всегда бывает более эффективным при лечении анемии, чем пероральный прием таблеток.

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla
www.regionaalhaigla.ee

Сютисте теэ, 19
13419 Таллинн

По материалам: www.uhcw.nhs.uk «Железодефицитная анемия и хирургия» 2021 г.

Инструкция для пациентов согласована с поликлиникой внутренних болезней Северо-Эстонской Региональной больницы (2023).