



DEMİR EKSİKLİĞİ

ANEMİSİ NEDİR? FR-

HYE-04-416-11



Anemi (Kansızlık) Araştırması Korkuttu

Bursa'da, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi tarafından yapılan taramada, 1-16 yaş grubundaki her 3 çocuktan birinde gelişimi ve zekâ düzeyini olumsuz etkileyebilen kansızlık tespit edildi.

Hazırlayan AD/BD/Birim(ler): Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD Çocuk Hematoloji Bilim Dalı
İlk yayın tarihi: 01.04.2007 Rev No : 00 Rev Tarihi :



Kansızlık (Anemi) Nedir ?

- Kanda bulunan alyuvarların veya alyuvarların içinde bulunan hemoglobin değerinin yaşa ve cinse göre olması gereken değerden düşük olması demektir.
- Çocuklarda kansızlığın birçok nedeni olmakla beraber, en sık görülen neden demir eksikliğine bağlı gelişen kansızlıktır.
- Demir eksikliğine yol açan nedenler ise; yeterli ve dengeli beslenememe yüzünden yetersiz demir alınımı, hızlı büyüme nedeni ile demir ihtiyacının artması kan kaybı ve parazitlerdir.
- Demir eksikliğine bağlı kansızlık her yaş grubunda görülmekle beraber en sık 6 ay ile 2 yaş arasında çocuklarda görülür. Daha sonra ergenlikte görülmektedir.

Kansızlığın Belirtileri Nelerdir ?

- Hafif olgularda hafif solukluk dışında herhangi bir belirti vermeyebilir. Ancak kan analizleri sonucu kansızlık saptanabilir.
- Kansızlık belirgin ise, solukluk, halsizlik, huzursuzluk, iştahsızlık, çabuk yorulma, oturma emekleme ve yürümede gecikme

- Öğrenmede güçlük, davranış bozuklukları, ateşli hastalıklara yatkınlık, huzursuzluk, huysuzluk
- Çarpıntı, nefes darlığı, kabızlık, baş dönmesi, kulak çınlaması görülebilir.
- Bazı hastalarda toprak yeme gibi belirtiler ortaya çıkabilir.



Teşhis: Hekim muayenesi ile birlikte yapılacak tam kan sayımı tanı koydurur. Demir eksikliğini saptamak için vücutta ki demir ve demir depolarına bakılır. Gerekir ise demir eksikliğini dışında kansızlık yapan nedenlere yönelik testler yapılabilir.

Demir Eksikliğini Önleme Yolları:

- ❖ İlk 6 ay bebeğinizi anne sütü ile besleyin.
- ❖ İlk 2-3 aydan sonra doktor kontrolünde ek demir verin
- ❖ Çocuğunuzun içtiği inek sütünü günlük yarım litre ile sınırlayın.
- ❖ Demir içeriği zengin; kırmızı et, yumurta, balık, kuru yiyecekler (kuru kayısı, incir, ceviz, fındık) kuru fasulye ile besleyin.

