

「貧血」と言われたことはありませんか？

内科 藤野 啓太

健康診断などで貧血と言われたことはありませんか？貧血があることは血液検査ですぐに分かりますが、その原因は様々で適切な治療を行わないと治らないことがあります。今回は貧血の主な原因についてお話させていただきます。

貧血とは

そもそも貧血とは血液中の赤血球に含まれるHb（ヘモグロビン：全身に酸素を運ぶ役割がある）の濃度が減少している状態のことをいいます。具体的には成人男性でHb 13g/dL以下、成人女性でHb 12g/dL以下、65歳以上では男女問わずHb 11g/dL以下が貧血の基準です。

貧血が進むと体がだるい、息切れ、動悸などの症状が出現しますが、ゆっくりと進行した場合は自覚症状がないことも多く、血液検査をしないと気づかない場合があります。

鉄欠乏性貧血

貧血の原因で最も多いのが、赤血球の材料である鉄分が不足することでおきる鉄欠乏性貧血です。特に女性は月経により鉄が排泄されやすく、成人女性の5～6%が鉄欠乏性貧血と推定されています。

消化管出血や子宮などの病気が鉄分不足の原因となっていることがあるので、なぜ鉄分が不足しているのか調べるのが大事です。

鉄欠乏性貧血の治療は鉄剤の内服が基本です。鉄分を多く含む食事やサプリメントだけでは良くならないことがあります。

その他の貧血

- ・巨赤芽球性貧血：ビタミンB12や葉酸の欠乏により生じる貧血です。胃切除後や胃炎がある場合は口からビタミンB12をとっても吸収されず、欠乏することがあります。
- ・慢性炎症に伴う貧血：関節リウマチや慢性感染症、がんなどの基礎疾患があり、鉄分が適切に利用できないことで生じます。
- ・腎性貧血：腎臓ではエリスロポエチンという、赤血球を作る働きを促進するホルモンを分泌しています。腎臓の働きが低下すると、エリスロポエチンの分泌が減り貧血になることがあります。
- ・血液疾患：白血病、多発性骨髄腫、溶血性貧血など血液の病気で貧血になることがあります。血液疾患の診断は特殊な検査（骨髄検査など）を必要とすることが多いです。

まとめ

貧血の原因として重大な病気が隠れていることがあります。健康診断で貧血と言われた方は医療機関を受診して原因をしっかりと調べましょう。また、鉄の補充をしても良くならない貧血は、原因を調べ直す必要があるかもしれません。主治医に相談してみましょう。

オンライン面会を行っています。

予約制となっておりますのでご希望の方は

公立世羅中央病院 ☎0847-22-1127へお問合せください。

