

بدن‌هایی که آهن زیاد جذب می‌کنند



جذب مقدار مناسب ویتامین و مواد معدنی توسط بدن یکی از ضرورت‌های یک زندگی سالم و با نشاط است و تقریباً همه ما انسان‌ها کم و بیش با این مقوله آشنایی داریم؛ یکی از مهم‌ترین مواد معدنی که توسط غذا (به‌خصوص گوشت قرمز)، میوه یا حتی مصرف مستقیم دارو نیاز بدن به آن تامین می‌شود، آهن است.

بی‌حالی، دردهای مفصلی از علائم هموکروماتوز

بدن‌هایی که آهن زیاد جذب می‌کنند

جام جم آنلاین: جذب مقدار مناسب ویتامین و مواد معدنی توسط بدن یکی از ضرورت‌های یک زندگی سالم و با نشاط است و تقریباً همه ما انسان‌ها کم و بیش با این مقوله آشنایی داریم؛ یکی از مهم‌ترین مواد معدنی که توسط غذا (به‌خصوص گوشت قرمز)، میوه یا حتی مصرف مستقیم دارو نیاز بدن به آن تامین می‌شود، آهن است.

آهن بخش مهمی از هموگلوبین خون که وظیفه آن حمل اکسیژن به سراسر بدن است را تشکیل می‌دهد؛ اما باید گفت همان‌طور که کمبود آهن می‌تواند تهدیدی برای سلامت آدمی باشد وجود مقدار اضافی از این ماده معدنی نیز خطراتی به همراه دارد.

دکتر بابیزید قادری، فوق‌تخصص خون و آنکولوژی در این باره به [171#&جام‌جم»](#) می‌گوید: تجمع بیش از حد آهن در بدن – که ایجاد بیماری هموکروماتوز می‌کند – موجب افزایش جذب روده‌ای این عنصر همراه با رسوب و آسیب بسیاری از بافت‌ها نظیر کبد، قلب، پانکراس، مفاصل و هیپوفیز می‌شود. وی می‌افزاید: محل اصلی تجمع آهن کبد، غدد درون ریز مانند آدرنال، پانکراس، قلب و حتی مفاصل و عضلات است.

بزرگسالان بیشتر مراقب باشند

علت اصلی بروز عارضه جذب زیاد آهن ارثی است؛ هرچند به دلیل ابتلای فرد به برخی بیماری‌ها نظیر تالاسمی ماژور یا نارسایی مغز استخوان – که در آنها افزایش ذخایر آهن و رسوب آن در اندام‌ها ایجاد می‌شود – هموکروماتوز ممکن است بروز کند.

دکتر قادری توضیح می‌دهد: سیستم روده انسان به گونه‌ای تنظیم شده است که از یک سو درصد مشخصی آهن از طریق آن جذب می‌شود و از سوی دیگر با توجه به این‌که آهن بدن تنها از راه‌های خاصی چون ریزش سلول‌های مخاطی یا پوستی یا عادت ماهانه دفع می‌شود؛ در صورتی که فرد دچار کم‌خونی مقاوم به درمان یا بیماری‌هایی که نیاز به تزریق مکرر خون دارند، شود آهن ورودی از این طریق در بدن تجمع و رسوب می‌کند. دکتر قادری با بیان این‌که در بیماری هموکروماتوز عملکرد طبیعی چندین ارگان بدن دچار اختلال می‌شود، اضافه می‌کند: هرچند این بیماری در کودکان نیز رخ می‌دهد اما هموکروماتوز به طور عمده بیماری بزرگسالان است و اغلب بیماران علامتدار بالای 40 سال دارند.

برنزه شدن پوست؛ یک علامت خطر

رنگ خاکستری متمایل به تیره در پوست به علت افزایش آهن یا برنزه شدن آن شک به هموکروماتوز را افزایش می‌دهد. این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان با بیان این‌که ضعف و بی‌حالی، دردهای مفصلی، کاهش وزن، درد شکمی، کاهش موهای بدن، تحلیل غدد جنسی، کاهش میل جنسی و اختلال قاعدگی از جمله علائم زودرس بیماری تجمع زیاد آهن هستند، اظهار می‌دارد: نارسایی و از کار افتادن کبد (سیروز) به دلیل تجمع آهن، از جمله عوارض ثانویه ابتلا به این بیماری است.

دکتر قادری می‌افزاید: دیابت قندی، نارسایی غدد فوق کلیوی و التهابات عضله قلب (کاردیومیوپاتی) از دیگر عوارضی است که در صورت درمان نشدن بیماری موجب بروز مشکلاتی برای بیمار می‌شود.

درمانی به سادگی یک خونگیری

درمان بیماری هموکروماتوز براحتهای امکان‌پذیر است. این استادیار دانشگاه می‌گوید: درمان عملاً توسط خونگیری انجام می‌شود که در این روش به تشخیص پزشک و بسته به جثه بیمار یک یا 2 بار در هفته یک واحد (400 سی‌سی) خون غنی از آهن از بدن گرفته می‌شود تا به این وسیله، مغز استخوان ذخایر آهن بدن را برداشت کند.

دکتر قادری با بیان این‌که بایستی این نوع درمان تا عادی شدن میزان آهن بدن بیمار (در حدود 6 ماه تا یک سال) ادامه داشته باشد، می‌افزاید: البته در حال حاضر پزشکان علاوه بر این روش، درمان دارویی (استفاده از داروهای تزریقی نظیر دیسفرال و همچنین

داروهای خوراکی) جهت دفع آهن اضافی بدن را نیز به کار می‌گیرند.

سعید کریمی / جام جم