Pranešimas žiniasklaidai

2025-08-28

**Intraveninė geležies infuzija – efektyvi pagalba netoleruojantiems papildų ir siekiantiems greitesnio atsistatymo**

**Rudeniop daugelis žmonių susiduria su nuovargiu, prastesniu miegu ar energijos stoka. Nors tai gali pasirodyti kaip sezono pasekmė, šie požymiai taip pat būdingi geležies stokos anemijai. Pasak Radviliškio šeimos klinikos „Meliva“ (anksčiau – „InMedica“) šeimos gydytojos Dovilės Banaitytės, nediagnozuota ši liga gali tyliai sekinti organizmą mėnesių mėnesius, nors ją atskleisti padeda bendras kraujo tyrimas, o gydymui šiandien jau turime greitų ir pažangių sprendimų.**

„Anemija – viena dažniausiai be ryškių simptomų diagnozuojamų lėtinių ligų. Ji išsivysto, kai organizme sumažėja raudonųjų kraujo kūnelių arba hemoglobino koncentracija, todėl audiniai negauna pakankamai deguonies. Dažniausia tokios būklės priežastis – geležies trūkumas, kuris iš pradžių gali nesukelti jokių aiškių pojūčių, bet ilgainiui pradeda stipriai veikti žmogaus savijautą ir gyvenimo kokybę“, – sako šeimos gydytoja.

**Didžiausios rizikos grupėje – moterys ir vaikai**

Anemija dažniausiai išsivysto dėl trijų pagrindinių priežasčių: kai organizmas negauna pakankamai geležies su maistu arba ji nepasisavinama dėl tokių būklių kaip celiakija ar gastritas, kai padidėja geležies poreikis – nėštumo metu, aktyviai sportuojant ar sparčiai augant arba kai padidėja geležies netekimas, ypač per menstruacijas, esant vidiniam ar išoriniam kraujavimui bei eritrocitų irimui (hemolizei).

„Anemija gali būti ir inkstų, onkologinių, uždegiminių ar infekcinių ligų išraiška, todėl siekiant nustatyti jos priežastį, itin svarbu atlikti išsamius tyrimus. Didžiausia rizika susirgti geležies stokos anemija kyla vyresnio amžiaus žmonėms, moterims nėštumo metu ar esant gausioms menstruacijoms ir vaikams, ypač neišnešiotiems naujagimiams, kūdikiams, ikimokyklinio amžiaus vaikams bei paaugliams“, – pasakoja D. Banaitytė.

Padidėjusi rizika būdinga ir besilaikantiems griežtų dietų, vegetarams ar veganams, negaunantiems pakankamai geležies. Atsargos greitai išsenka ir tiems, kurie dažnai aukoja kraują, bet nespėja jų atkurti – ypač jei tarp donorysčių daromos per trumpos pertraukos. Anemijos pavojus taip pat didesnis sergant gretutinėmis ligomis, kurios trikdo geležies pasisavinimą ar sukelia kraujavimą, pavyzdžiui, uždegiminėmis žarnyno ar onkologinėmis ligomis.

**Pastebėti ligą nėra lengva**

Pastebėti geležies stokos anemiją nėra lengva, nes jos simptomai dažnai būna neryškūs ir būdingi kitiems sveikatos sutrikimams. Ligai progresuojant, požymiai išryškėja: atsiranda nuolatinis nuovargis, sumažėja fizinio krūvio tolerancija, sunkiau susikaupti, vargina galvos skausmai, svaigimas, dusulys. Oda tampa blyški, sausa, ima pleiskanoti, lūžinėja nagai ir slenka plaukai. Kai kuriais atvejais atsiranda potraukis valgyti neįprastus dalykus, pavyzdžiui, ledą, kreidą ar krakmolą. Vaikams liga gali pasireikšti ir apetito stoka, dirglumu, pažinimo ir elgesio sutrikimais.

„Įtariant geležies stokos anemiją, pirmiausia atliekamas bendras kraujo tyrimas, kuriame vertinamas eritrocitų kiekis, jų dydis bei hemoglobino koncentracija. Papildomai skiriamas feritino tyrimas, kuris padeda įvertinti geležies atsargas organizme. Siekiant nustatyti ligos priežastį, labai svarbi išsami anamnezė, klinikinė apžiūra, o prireikus, laboratoriniai ir instrumentiniai tyrimai“, – dalinasi šeimos gydytoja.

Geležies stokos anemijai gydyti dažniausiai pirmiausia skiriami peroraliniai (geriamieji) geležies preparatai – ypač esant nedideliam trūkumui arba siekiant palaikyti pakankamas atsargas. Tačiau jei trūkumas didelis, reikia greito poveikio arba pacientas netoleruoja geriamųjų preparatų, pasirenkamos intraveninės geležies infuzijos.

**Greitam geležies atstatymui – intraveninė terapija**

Intraveninė geležies infuzija – tai gydymo metodas, kai geležies preparatai per veną patenka tiesiai į kraujotaką, aplenkiant virškinamąjį traktą. Tokiu būdu geležis pasisavinama greičiau ir efektyviau, todėl šis būdas ypač tinkamas pacientams, kuriems sutrikęs geležies įsisavinimas arba kurie netoleruoja geriamųjų preparatų.

„Prieš procedūrą gydytojas įvertina hemoglobino kiekį kraujyje bei kūno masę ir pagal tai apskaičiuoja reikalingą vaisto dozę. Specialaus pasiruošimo dažniausiai nereikia, o po infuzijos galima iškart grįžti prie kasdienių veiklų. Siekiant ilgalaikio rezultato, vėliau svarbu užtikrinti pakankamą geležies gavimą su maistu ar tęsti gydymą geriamaisiais preparatais, gydyti gretutines ligas ir stengtis panaikinti anemiją sukėlusias priežastis“, – pamini D. Banaitytė.

Intraveninė geležies infuzija turi kelis esminius pranašumus: rečiau pasitaiko virškinamojo trakto šalutinių poveikių, efektas jaučiamas greičiau, o rezultatai – labiau prognozuojami. Dažnai pakanka vos vienos ar kelių procedūrų.

**Mityba – svarbiausias prevencijos būdas**

Šeimos gydytoja primena, kad žmogaus organizmas pats negamina geležies, todėl jos atsargas svarbu gauti su maistu. Jei geležis blogai įsisavinama, maiste jos nepakanka, organizmui padidėja poreikis (pavyzdžiui, nėštumo metu, augant ar sportuojant) arba netenkama daugiau dėl ligų ar kraujavimų – gali prireikti ir maisto papildų.

„Svarbu ne tik papildyti geležies atsargas, bet ir ieškoti priežasčių, kodėl jos trūksta. Net jei žmogus nejaučia aiškių simptomų, bent kartą per metus verta profilaktiškai apsilankyti pas šeimos gydytoją ir atlikti kraujo tyrimus“, – sako Radviliškio šeimos klinikos „Meliva“ šeimos gydytoja D. Banaitytė.

Ji primena, kad geležies ypač gausu raudonoje mėsoje, paukštienoje, žuvyje, kiaušiniuose. Taip pat pupelėse, žaliose daržovėse, džiovintuose vaisiuose (abrikosuose, slyvose), pistacijose, moliūgų ir saulėgrąžų sėklose. Geležies pasisavinimą gerina vitaminas C, todėl jos turinčius maisto produktus geriausia derinti kartu su citrusiniais vaisiais, uogomis ir daržovėmis. Tuo metu kalcis slopina geležies pasisavinimą, todėl jį geriausia vartoti atskirai.