



みなみかぜ

発行：黎明会 南台病院
東京都小平市小川町 1-485
TEL：042-341-7111 (代)
<http://www.minamidaihp.jp>

健診の検査結果の診方シリーズ（貧血の検査-2）

検査科

【こんな症状があれば貧血かも】

- ・疲れやすい、眠っても疲れが取れない
- ・階段を上ると息切れする
- ・爪が白い、でこぼこがある、割れやすい
- ・顔色が悪いと言われる
- ・月経の出血量が多い
- ・無理なダイエット・・・など



【貧血を起こす疾患には】

- 鉄欠乏性貧血**：貧血症で最も多く、女性に多い。偏った食生活、無理なダイエット、生理が関与しています。全身の倦怠感や頭痛、めまいや息切れなどが表れます。顔色が悪くなったり爪が反り返りスプーン状になることもあります。
- 巨赤芽球性貧血**：ビタミンB12や葉酸が不足して起こります。胃の切除や胃炎による胃萎縮で栄養分の吸収不良や妊娠やアルコール中毒、末期がんなどビタミンを多量に消費することが原因です。手足のしびれや味覚麻痺、食欲不振、下痢などの症状が生じます。
- 再生不良性貧血**：骨髄にある造血幹細胞に障害をきたし、赤血球や白血球、血小板が正常に作れず不足してしまう難病です。白血球や血小板も減少するので感染症に罹りやすくなったり出血が止まりにくくなったりします。
- 白血病**：骨髄で異常な白血球が増殖し正常な赤血球や血小板が作れなくなってしまう疾患です。貧血を起こしたり出血しやすくなったりします。動悸や息切れを伴った極度な貧血症状を起こすことがあります。
- 慢性腎不全**：慢性腎不全により腎臓で作られる、赤血球を作るためのホルモンが欠乏して貧血が起こります。慢性腎不全になると嘔気、皮膚のかゆみ、頭が重い、貧血などの症状が現れます。

【検査でわかること】

・赤血球数 ・ヘモグロビン量 ・赤血球の大きさ ・血液中の鉄や鉄を運ぶための蛋白質、赤血球を作るホルモンの量などを知ることが出来ます。

【貧血にならないためには】

10代は蛋白質、鉄分、ビタミンCを積極的に摂取しましょう。10代前半は成長期で鉄分を多く必要とします。3度の食事をきちんと食べ、鉄分が豊富な食事に気をつけることと、鉄分の吸収を助けるビタミンCも摂取するようにしましょう。

20代は栄養バランスに気をつける。蛋白質、脂質、糖質、ミネラル、ビタミンの栄養素をバランスよく組み合わせた食事に気をつけましょう。

当院では土曜日も終日外来診療を行っております。ご利用ください。

診療受付時間

月曜～土曜 AM8:30～11:30 PM1:00～4:00

8月休診のご案内

診療科	医師名	休診日
循環器内科	下山 克也	13日(火)・14日(水)・16日(金)・17日(土)・26日(月)
消化器内科	勝見 直也	9日(金)
神経内科	山田 克浩	1日(木)・22日(木)・24日(土)・29日(木)

9月休診のご案内

診療科	医師名	休診日
消化器内科	勝見 直也	6日(金)・17日(火)・18日(水)・19日(木)
内科	田村 浩男	21日(土)・25日(水)・26日(木)・27日(金)・28日(土)
神経内科	山田 克浩	12日(木)

『無料なんでも健康相談』のご案内

日時：毎週水曜日 PM3:00～3:30

場所：南台病院 外来診察室

8月実施日	担当	9月実施日	担当
8月7日(水)	勝見副院長	9月4日(水)	勝見副院長
8月14日(水)	検査科	9月11日(水)	放射線科
8月21日(水)	看護部	9月18日(水)	看護部
8月28日(水)	食事サービス科	9月25日(水)	地域連携室

※ 事前の予約は不要です。受付窓口、又は外来看護師まで、お気軽に声をお掛け下さい。

※ 都合により、担当が変更になる場合があります。

