

BLÓÐHAGUR OG BLÓÐLEYSI

ICD-10 greiningar:

O99.0 Blóðleysi sem fylgikvilli þungunar, barnsburðar og sængurlegu

D50.9 Járnskortsblóðleysi

SKIMUN FYRIR BLÓÐLEYSI/JÁRNKORTI Á MEÐGÖNGU

Skimað er fyrir blóðleysi tvisvar á meðgöngu, í fyrstu skoðun og við 28 vikur í einburameðgöngu en einnig við 20 vikur í tvíburameðgöngu. Skimun felst í því að "stixa" háráðablóð og mæla hemoglobin/blóðrauða.

Þegar skimun bendir til blóðleysis með hemoglobin <110 við 12v eða <105 við 28v og við 20 vikur í tvíburameðgöngu, er ástæða til að mæla blóðhag til að fá nákvæmari rannsókn en mælingu úr háráðablóði. Eingöngu ætti að mæla blóðhag í þessum tilvikum.

Á meðgöngu eykst framleiðsla rauðra blóðkorna og rúmmál blóðvökva eykst. Rúmmálsaukningin er hlutfallslega meiri en fjölgun rauðu blóðkornanna og leiðir til þynningar sem kemur stundum fram sem lækkun á hemoglobini á meðgöngu.

Algengasta orsök blóðleysis á meðgöngu er járnskortur. Járnþörf eykst jafnt og þétt á meðgöngu en járn er mikilvægt fyrir eðlilegan þroska fósturs. Járn er einnig mikilvægt fyrir móðurina og járnskortur getur gefið einkenni eins og aukna þreytu og aukið líkur á blæðingu eftir fæðingu.

MEÐFERÐ

Mælt er með Duroferon 100-200 mg að morgni á fastandi maga annan hvern dag í tvær vikur ef blóðleysi er staðfest. Blóðhagur er mældur á ný að lokinni meðferð.

Ef meðferð ber árangur er mælt með járngjöf um munn áfram út meðgönguna og fyrstu 3 mánuði eftir fæðingu.

Ef meðferð ber ekki árangur þarf að íhuga járngjöf í æð og þá er mælt með að mæla ferritin gildi áður. Á meðgöngu eru mörk serum ferritins 30 mcg/L og gildi þar undir eru merki um járnskort.

Við járngjöf í æð er oftast notast við Venofer 500 mg skipt á 3 daga eða Monofer 1g í stökum skammti.

MÆLT ER MEÐ JÁRNGJÖF UM MUNN Í EFTIRFARANDI TILVIKUM ÓHÁÐ NIÐURSTÖÐU ÚR SKIMUN:

- Áður verið blóðlítill
- Multipara (≥ 3 fæðingar)
- Fjölburaþungun
- 1 ár eða minna frá síðustu fæðingu
- Einhæft mataræði
- Grænmetis/grænkeramataræði
- Aldur < 20 ára
- Ef mikil hætta er á blæðingu í eða eftir fæðingu (t.d. við sögu um postpartum blæðingu, fyrirsæt fylgja, blæðarasjúkdómar)
- Hjá konum sem neita blóðgjöf t.d. Vottar Jehóva
- Hjá konum þar sem erfitt getur verið að krossa blóð, t.d. við sjaldgæf blóðflokkaótefni

RÁÐLEGGINGAR

Járn úr kjöti og fiski (haem-járn) frásogast 2-3 sinnum betur en járn úr jurtaríkinu (non-haem járn) en þó er non-haem járn 95% af járni í venjulegu mataræði. C-vítamín eykur upptöku járns en mjólkurvörur og tannín í kaffi og te hemja upptöku járns þegar þess er neytt samtímis eða stuttu eftir máltíð.

Járnmeðferð um munn sem mælt er með er 100 mg Duroferon annan hvern dag ásamt töflu af c-vítamíni eða mat sem inniheldur c-vítamín. Besta upptakan er á fastandi maga á morgnana. Ekki er betra frásog þótt töflurnar séu teknar daglega en meltingarfæraóþægindi geta aukist vegna aukins frís járns í meltingarvegi.

Ekki hefur verið sýnt fram á að meðferð með fljótandi járni (járnmixtúrur) eða fjölvítamíntöflum beri árangur. Ennfremur geta ýmis steinefni í þessum blöndum hamið frásog járnsins.