



『 貧血 (ひんけつ) 』

間違った解釈をしていませんか？ 』

血液内科 後藤 守孝

昔から「貧血:ひんけつ」という言葉はよく用いられる用語ですが、めまいや動悸のなどを総称して、「貧血;ひんけつ」と呼ぶきらいがあります。

しかし貧血とは、「血が貧しい(薄い)」状態を言い、すなわち体内の赤血球や血色素(ヘモグロビン)が減少する状態を指します。

赤血球は酸素を全身に運ぶ重要な役割を果たしているため、貧血になると体の様々な部分に影響が出ます。

貧血の主な症状には疲労感や倦怠感、めまい、息切れなどがあり、これが前述した部分の誤解を招いています。他にも顔色が悪い(蒼白)や集中力の低下などもみられます。

貧血の主な原因

鉄分不足:最も頻度の多い貧血の原因で、特に女性や成長期の子供に多い

ビタミン B12 や葉酸の不足

慢性疾患:腎臓病や癌など

出血:月経過多、消化管出血など

遺伝性疾患:鎌状赤血球症など

溶血:機械的、あるいは自己免疫性など

他にも白血病や悪性リンパ腫などの血液がんや、造血不全症なども貧血の原因疾患として重要です。



診断と検査

貧血の診断には、血液検査が主に用いられます。医師はヘモグロビン値や赤血球数、ヘマトクリット値をみて大まかな貧血の種類を判断し、さらに追加の検査で確定診断を行います。

治療法

貧血の治療は原因によって異なります。例えば、鉄分不足では鉄分のサプリメントや内服薬、鉄分の豊富な食事をお勧めしますし、ビタミン不足の場合はビタミン B12 や葉酸のサプリメント、注射薬を処方します。また慢性疾患が原因の場合は原疾患の治療が必要になり、出血が原因の場合は出血の原因治療と止血を行います。

予防法

バランスの取れた食事を心がけ、定期的な健康診断の受診をお勧めします。また慢性疾患がある場合は適切に管理することが重要です。

貧血は適切な治療で改善できる場合が多いですが、重症化すると日常生活に大きな支障をきたす可能性がありますので、症状が気になる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。