

O Dni Nedostatku Železa

Deň nedostatku železa sa bude konať 26. novembra 2018. Deň je venovaný:

- **Zvýšeniu povedomia o vážnych zdravotných problémoch, ktoré nedostatok železa predstavujú¹**
- **Zdôrazneniu veľkého významu nedostatku železa a anémie z nedostatku železa pre osoby, ktoré týmto trpia**
- **Pomáhaniu ľuďom rozpoznať časté a bežne prehlíadané príznaky**

Chceme, aby ľudia boli informovaní! Aby porozumeli tomu, prečo je železo tak dôležité pre naše telo a čo sa stane, ak ho máme nedostatok, porozumieť príznakom a aké opatrenia môžeme urobiť. Informovať ľudí o dôležitosti mať v poriadku hladinu železa. Chceme ľudí povzbudiť, aby o možnom nedostatku železa a anémii hovorili so svojimi ošetrojúcimi lekármi.

Význam železa a nedostatku železa

Jednoducho povedané, bez dostatku železa telo nemôže fungovať. Je to základný predpoklad pre produkciu červených krviniek a pre efektívne fungovanie srdca a svalov.² Železo tiež hrá zásadnú úlohu v obrane proti infekciám a niektorým chorobám³, udržiava normálne hladiny energie a zabezpečuje normálne fungovanie mozgu⁴.

Anémia z nedostatku železa

Anémia z nedostatku železa sa objavuje, keď je hladina železa v tele nízka a telo už nemôže produkovať dostatok hemoglobínu k tvorbe zdravých červených krviniek.⁵ Hemoglobín je bielkovina ukrytá vnútri červenej krvinky, ktorá roznáša kyslík po celom tele, k jednotlivým tkanivám, čo je zásadné pre fungovanie celého organizmu.⁶

Nedostatok železa alebo anémia z nedostatku železa?

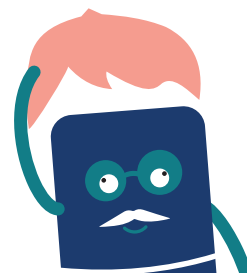
Existuje klinický rozdiel medzi nedostatkom železa a anémiou z nedostatku železa. Chyba! Záložka nie je definovaná. Pokiaľ máte nedostatok železa, neznamená to, že sa vám automaticky vyvinie anémia z nedostatku železa. Zistiť, či má niekto nedostatok železa alebo anémiu vyžaduje vyšetrenie krvi, ktoré preverí niekoľko položiek:

- Hladina hemoglobínu: hemoglobín je hlavná zložka červených krviniek, ktorá potrebuje železo na zabezpečenie transportu kyslíka po tele. Laboratórne vyšetrenia určia, či sú hladiny železa v norme podľa pohlavia, veku alebo napr. tehotenstvo.⁷ Hemoglobín samotný však nemôže byť jediným diagnostickým kritériom.⁸
- Sérový feritín: meria zásoby železa v tele.⁹
- Saturácia transferínu (TSAT): meria, koľko z telesných zásob môže byť využité pre tvorbu nových červených krviniek.¹⁰

Znalosť

Napriek vážnym dôsledkom a vysokej prevalencii nedostatku železa,¹¹ je tento stav stále často nerozpoznaný. Výsledkom je, že ľudia nevedia o svojom zdravotnom probléme a prečo sa necítia dobre.^{12,13} Dokonca aj ľudia, ktorí sú si vedomí svojho nedostatku železa, nevedia rozpoznať jeho príznaky.¹⁴

Je to pre nedostatok povedomia, a preto sa zameriavame na zvýšenie vedomostí o príznakoch a dôsledkoch nedostatku železa, aby ľudia o týchto príznakoch hovorili so svojimi ošetrojúcimi lekármi.



Príznaky nedostatku železa a anémie z nedostatku železa

Nedostatok železa a anémia z nedostatku železa môže postihnúť každého, je to široko rozšírený stav, postihuje mužov, ženy, mladých aj starých po celom svete.¹³ Rozpoznanie deficitu železa a anémie je často obtiažne len z obvyčajnej symptomatológie. Chyba! Záložka nie je definovaná. Príznaky sa môžu prejavovať rôznym spôsobom a môžu byť spojené s celým radom zdravotných problémov. Chyba! Záložka nie je definovaná.

Tento Deň Nedostatku Železa, by mal zvýšiť povedomie o príznakoch nedostatku železa a významných dôsledkoch, ktoré môže mať tento stav na životy ľudí.

Náš Vyhľadávač Príznakov – Symptom Checker – ukazuje hlavné príznaky spojené s nedostatkom železa a objasňuje ich pomocou animácií. Pozrite si príznaky na www.irondeficiency.com.



Vifor Pharma, a company of the Vifor Pharma Group, is a world leader in the discovery, development, manufacturing and marketing of pharmaceutical products for the treatment of iron deficiency. The company also offers a diversified portfolio of prescription and non-prescription medicines. Vifor Pharma's operational headquarters are in Zurich, Switzerland, and the company has an increasingly global presence and a broad network of affiliates and partners around the world. For more information about Vifor Pharma, please visit www.viforpharma.com

IronDeficiencyDay.com and IronDeficiency.com are intended to provide educational information to an international audience, at the exclusion of US residents. All information contained herein is intended for educational purposes only and should not be used to replace a discussion with a healthcare professional. All decisions regarding patient care must be handled by a healthcare professional, and be made based on the unique needs of each patient.

Referencie

1. Hasan TH, et al. Impact of Iron Deficiency Anemia on the Function of the Immune System in Children. *Medicine* 95.47 (2016): e5395. PMC.
2. Camaschella C. Iron-deficiency anemia. *N Engl J Med*. 2015; 372:1832–1843.
3. Beard JL. Iron biology in immune function, muscle metabolism and neuronal functioning. *J Nutr*. 2001;568-580.
4. Pinero DJ, Connor JR. Iron in the Brain: An Important Contributor in Normal and Diseased States. *Neurosci*. 2000;6(6):435-453.
5. Cappellini MD et al. Iron deficiency across chronic inflammatory conditions: International expert opinion on definition, diagnosis, and management. *Am J Hematol*. 2017 Oct;92(10):1068-1078.
6. Fernando B, et al. A guide to diagnosis of iron deficiency and iron deficiency anemia in digestive diseases. *World J Gastroenterol*. 2009 Oct 7; 15(37): 4638-4643.
7. PubMed Health. Erythrocytes (red blood cells). Available at URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMHT0022014/> Last accessed: June 2018.
8. World Health Organisation. Nutritional anaemias: tools for effective prevention and control. 2017. Available at URL: <http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/anaemias-tools-prevention-control/en/>. Last accessed: June 2018.
9. World Health Organization. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System. Available at URL: <http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>. Last accessed: June 2018.
10. National Heart Lung and Blood Institute. How is Iron Deficiency Anemia Diagnosed. Available at URL: <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/ida/diagnosis>. Last accessed: June 2018.
11. Elsayed M et al. Transferrin Saturation: A Body Iron Biomarker. *Adv Clin Chem*. 2016;75:71-97.
12. World Health Organisation. Worldwide prevalence of anaemia 1993-2005. 2008. Available at URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43894/9789241596657_eng.pdf;jsessionid=9C613E2F4D481EDEB9DE07986AFCE0C7?sequence=1. Last accessed: June 2018.
13. Thachil J. Iron deficiency: still under-diagnosed? *Br J Hosp Med*. 2015;76(9):528-532.
14. Miller JL. Anemia: a common and curable disease. *Cold Spring Harb Perspect Med*. 2013 Jul; 3(7).
15. Caramelo L, Mezzacasa A and Kassebaum NJ. Iron Deficiency. Understanding perceptions of sufferers and the general public. EHA 21st Annual Congress, 9-12 June 2016, Copenhagen, Denmark