

دراسة طبية: الأنيميا تسبب الإجهاض وتضر الأم



الخميس 28 يوليو 2016 09:07 م

أكدت دراسة حديثة أن مشكلة نقص الحديد لدى الحوامل يمكن أن يعرضهن لمضاعفات من شأنها أن تضر بالحامل والجنين معًا، مثل الإجهاض والولادة المبكرة.

ويعد نقص الحديد من أكثر المشاكل التي تعاني منها النساء حول العالم انتشارا وهو شكل من أشكال فقر الدم "الأنيميا" (Anemia) ويحدث كنتيجة لعدم وجود كمية كافية من الحديد في الجسم.

ويتواجد الحديد عادة في عدد كبير من الأغذية مثل اللحوم الحمراء والمكسرات والحبوب الكاملة والفواكه المجففة، وتشير منظمة الصحة العالمية إلى أن أكثر من 30% من سكان العالم يعانون من فقر الدم الذي يعود لنقص الحديد ، بحسب " ويب طب " .

وعند نقص الحديد يقوم الجسم بإنتاج كميات غير كافية من الهيموجلوبين، وهو عبارة عن بروتين في خلايا الدم الحمراء يعمل على حمل الأكسجين من الرئتين إلى أنسجة الجسم المختلفة ، ونقصه يسبب التعب وقلة النشاط وانخفاض الطاقة و ضيق النفس والمآ في الصدر وخفقان في القلب.

وأثبتت نتائج الدراسة ان نقص الحديد قد يسبب الاذى للحامل والجنين سويا، فخلال فترة الحمل تحتاج النساء الى كمية اعلى من الحديد من اجل انتاج خلايا الدم الاضافية الضرورية للجنين ونمو المشيمة كما يساعد الحديد في عمل بروتين البيروكسيداز الدريقي الضروري لانتاج هرمون الغدة الدرقية، اذ تكون الحامل بحاجة لانتاج كمية كافية من هذا الهرمون لتطوير دماغ الجنين، وبالاخص خلال الثلث الاول من الحمل.

يذكر أن معاهد الصحة الوطنية الاميركية تنصح النساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين 19 و50 سنة بتناول 18 مليجرام من الحديد على أن ترتفع الحصة اليومية منه في أثناء الحمل إلى 27 مليجرام ، مقابل تناول الرجال من نفس الفئة العمرية لكمية 8 مليجرام يوميا من الحديد فقط.