

هیپو تیروییدی—تالاسمی مینور



واحد آموزشی بیمارستان مادر

کد سند : MH\AM\PT\094

تاریخ تنظیم: ۱۴۰۰/۰۸/۱۷

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۰۴/۳۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۳۱

کد بازنگری: ۰۰۲

آدرس: بلوار سجاد، بزرگمهر شمالی ۱

شماره تماس: ۰۵۱-۳۷۰۴۸۳۲۳

آنمی خفیف: $Hb < 10$ و کمتر از ۱۱ تجویز ۲ عدد قرص آهن * در روز به مدت یک ماه / اندازه گیری مجدد Hb بعد از ۲ هفته از شروع درمان و توصیه های تغذیه ای - بهتر است جهت جلوگیری از تهوع قرص آهن شب قبل از خواب مصرف شود.

در صورتیکه از آزمایش الکترو فورز هموگلوبین HbA_2 افزایش داشته باشد تالاسمی مینور می باشد که درمان با مکمل آهن بعد از ارزیابی فرنیترین سرم در تالاسمی بتامینور توصیه می شود.

مواد غذایی توصیه شده خوردن موز در وعده ی صبحانه (یک عدد) خرما روزی ۲ عدد / جو دوسر / کلم بروکلی / گوشت قرمز / اسفناج / انار / کشمش که بهتر است یک سب در آب خیس کنید و روز بعد بخورید / زرده تخم مرغ / غلات سبوس دار / عسل می توان با میوه خشک و مغز میوه مصرف کرد خوردن آب پرتقال با قرص آهن

آنمی: (کم خونی) Hb (هموگلوبین) کمتر از ۱۱ در d.l در سه ماهه اول و سوم و کمتر از ۱۰,۵ در سه ماهه دوم در برخورد با مادر که هموگلوبین پایین دارد ابتدا از نظر مسائل اورژانس مانند خونریزی داخلی و غیره بررسی می وشد و سپس برای درمان آنمی اقدام شود. آنمی شدید $Hb < 7$ نیاز به مشاوره با هماتولوژیست و تزریق خون دارد.

آنمی متوسط: Hb بین ۷-۱۰ تجویز ۴ عدد قرص آهن * در روز به مدت یک ماه / درخواست مجدد آزمایش * بعد



هیپوتیروئیدی (کم کاری تیروئید) :

در زنان جوان شایع می باشد و داروهای موثر بر تیروئید مادر غده ی تیروئید جنین را تحت تاثیر قرار می دهند. تیروکسین مادر به ویژه قبل از تکامل غده ی تیروئید جنین برای تکامل طبیعی مغز جنین ضرورت دارد اگرچه غده تیروئید جنین بعد از ۱۲ هفته شروع به ساخت هورمون تیروئید می کند باز هم هورمون تیروکسین مادر اهمیت بسیار دارد.

درمان :

باید در طی بارداری جهت درمان کم کاری تیروئید با مشاوره پزشک داخلی (غدد) و متخصص زنان و زایمان و انجام آزمایشات لازم در صورت نیاز قرص لوو تیروکسین طبق دستور پزشک به صورت منظم مصرف گردد.

هیپر تیروئیدی (پرکاری تیروئید)

علائم پرکاری تیروئید مادر : ضربان قلب مادر در دوران حاملگی شدیدتر است .وزن گیری مادر در دوران حاملگی منسب نیست (علی رغم دریافت غذای کافی در دوران بارداری) درمان: جهت درمان پرکاری تیروئید با مشورت پزشک داخلی (غدد) و متخصص زنان و انجام آزمایشات مربوط به زنان و زایمان و مصرف دارو به صورت منظم در صورت نیاز و توصیه پزشک معالج گردد.

تالاسمی مینور :

در تالاسمی مینور قبل از حامله شدن ؛ با پزشک زنان خود مشورت نمایید تا در موارد زیر چک شود.

• بررسی مفصل وضعیت قلبی شما

(اکوکاردیوگرافی)

• بررسی فشارخون ؛ آزمایشات خون و ادرار

• اسکن MRI برای اندازه گیری سطح آهن

• اسکن تراکم استخوان

• تست دیابت

در افراد سالم مقدار کمی آهن مواد غذایی جذب بدن می شود اما در افراد کم خون جذب آهن افزایش می یابد . در بیماران تالاسمی نیز به علت کم خونی ؛ جذب آهن مواد غذایی بیشتر است بنابراین بیماران میبایست رژیم غذایی خود را طوری تنظیم کنند که آهن کمتری از غذا جذب بدن شود. بهتر است در طبخ غذا از شیر یا پنیر استفاده شود یا غذای خود را همراه با ماست مصرف کنید .

زرده تخم مرغ / شکلات / غلات / حبوبات / سبزی ها / میوه ها / ریشه های غذایی مثل سیب زمینی و هویج / میوه های خشک مثل کشمش برگه هلو و آلو و انجیر خشک

غذاهایی که جذب آهن غیر هم را افزایش می دهد / ویتامین C در میوه ها مرکبات و گوجه فرنگی / سبزی ها مثل جعفری - شاهی - شنبلیله - گل کلم - فلفل دلمه ای / افراد تالاسمی بهتر است از مصرف میوه ها و سبزی ها به همراه وعده غذایی و بعد از آن بلافاصله خودداری می کنند.

از یک هفته از شروع درمان - ارائه توصیه های تغذیه ای