

## АНЕМИЯ

Няненкова О.А., Няненков А.А.– студенты факультета  
ветеринарной медицины и биотехнологий

Научный руководитель – Хохлова С.Н., кандидат биологических  
наук, доцент

ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ

*Ключевые слова:* анемия, гемоглобин, железо, усталость, ди-  
ета, фолиевая кислота.

*В статье дано определение анемии, описаны ее признаки и симп-  
томы и как она влияет на организм. А также, что вызывает анемию и  
подробно описано ее лечение.*

Анемия возникает, когда не хватает здоровых эритроцитов для доставки кислорода к органам вашего тела. В результате часто возникает ощущение холода и симптомы усталости или слабости. Существует много различных типов анемии, но наиболее распространенным типом является железодефицитная анемия.

Клетки путешествуют с железом и гемоглобином, который является белком, который помогает переносить кислород через кровотоки к органам по всему телу. Анемия может означать, что человек чувствует себя более усталым или замерзшим, чем обычно, или если его кожа кажется слишком бледной. Это происходит из-за того, что органы не получают кислород, необходимый им для выполнения своей работы[2].

У любого человека может развиваться анемия, хотя следующие группы имеют более высокий риск:

- Дети в возрасте от 1 до 2 лет: Организму требуется больше железа во время скачков роста.
- Младенцы: Младенцы могут получать меньше железа, когда их отлучают от грудного молока или смеси для твердой пищи. Железо из твердой пищи не так легко усваивается организмом.
- Люди старше 65 лет: Люди старше 65 лет более склонны к диете с низким содержанием железа и некоторым хроническим заболеваниям.
- Люди, принимающие препараты для разжижения крови[1].

При всех типах анемии наблюдается несколько признаков и симптомов, таких как усталость, одышка и ощущение холода. Другие включают:

- Головокружение или слабость.
- Головная боль.
- Болит язык.
- Бледная кожа, сухая кожа или легко повреждаемая кожа.
- Непреднамеренное движение в голени (синдром беспокойных ног).
- Учащенное сердцебиение[4].

Анемия может оказывать и другое влияние на тело человека в дополнение к ощущению усталости или холода. Другие признаки того, что организму может не хватать железа, включают ломкие ногти или ногти в форме ложки и возможное выпадение волос. Человек может обнаружить, что его чувство вкуса изменилось, или услышать звон в ушах.

Различные типы анемии могут привести к другим серьезным проблемам. У людей с серповидноклеточной анемией часто возникают осложнения со стороны сердца и легких.

Если у человека анемия, которую не лечат, это может привести к аритмии (нерегулярному сердцебиению), увеличению сердца или сердечной недостаточности. Также люди с анемией подвержены большому риску заражения инфекциями и впадения в депрессию[3].

Наиболее распространенной причиной анемии является низкий уровень железа в организме. Этот тип анемии называется железодефицитной анемией. Организму необходимо определенное количество железа, чтобы вырабатывать гемоглобин-вещество, которое перемещает кислород по всему телу. Однако железодефицитная анемия-это всего лишь один из видов. Другие типы вызваны:

- Диеты, в которых не хватает витамина B12, или вы не можете использовать или усваивать витамин B12 (например, злокачественная анемия).
- Диеты, в которых отсутствует фолиевая кислота, также называемая фолиевой кислотой, или ваш организм не может правильно использовать фолиевую кислоту (например, анемия с дефицитом фолиевой кислоты).

- Наследственные заболевания крови (такие как серповидноклеточная анемия или талассемия).
- Состояния, которые приводят к слишком быстрому разрушению эритроцитов (например, гемолитическая анемия).
- Хронические заболевания, из-за которых в вашем организме не хватает гормонов для создания красных кровяных телец. К ним относятся гипертиреоз, гипотиреоз, прогрессирующее заболевание почек, волчанка и другие долгосрочные заболевания.
- Потеря крови связана с другими заболеваниями, такими как язва, геморрой или гастрит[2].

#### **Библиографический список:**

1. Богданова, М.А. Патологическая физиология [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов факультета ветеринарной медицины направления подготовки - ВСЭ / М.А. Богданова, И.И. Богданов. - Ульяновск: УГСХА им. П.А.Столыпина, 2015. - 175 с.
2. Ageing research: Blood to blood. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.nature.com/articles/517426a>
3. Любин, Н.А. Организация самостоятельной работы студентов / Н.А. Любин, С.Н. Хохлова, Н.Г. Симанова // В сборнике: Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. Материалы Научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии. Редколлегия: А.В. Дозоров главный редактор ректор, М.В. Постнова, Т.В. Костина, В.А. Асмус. – Ульяновск: Ульяновская государственная сельскохозяйственная академия. - 2010. - С. 146-155.
4. Хохлова, С.Н. Контроль и организация самостоятельной работы студентов/ С.Н. Хохлова, Н.Г. Симанова, А.Н. Фасухудинова // В сборнике: Инновационные технологии в высшем образовании. Материалы Научно-методической конференции. - Ульяновск: Ульяновская государственная сельскохозяйственная академия. -- 2011. - С. 168-171.

#### **ANEMIA**

**Nyanenkova O.A., Nyanenkov A.A.**

**Keywords:** *anemia, hemoglobin, iron, fatigue, diet, folic acid.*

*The article defines anemia, describes its signs and symptoms and how it affects the body. And also what causes anemia and its treatment is described in detail.*