



◆貧血の症状や原因

●高齢者での特殊事情

貧血とは、血液中の色素素すなわちヘモグロビン(Hb)濃度が低下した状態と定義されます。Hb濃度には性差があり、また加齢とともに低下することが知られています。したがって、若年成人の正常範囲を、高齢者にそのままあてはめることはできません。高齢者の貧血の定義としては、男女の区別をせずに一律にHb濃度11g/dl以下とするのが実際的です。通常の健診で測定される、貧血の評価に重要な血液検査の項目を上げます。

●高齢者における貧血の原因

高齢者の貧血で頻度が最も高いのは、鉄欠乏性貧血です。鉄欠乏性貧血の原因は、若年女性の場合は、子宮の疾患や妊娠に伴うものが多いのに対し、高齢者の場合の過半数が消化管出血により発生します。消化管の悪性腫瘍は、高齢者の貧血の原因として重要です。

●高齢者における貧血の症状

貧血の一般的な症状は、運動時の動悸、息切れ、易疲労感です。しかし高齢者の場合、Hb濃度が9g/dl未満でも、これらの自覚症状のない場合が半数以上あります。また、貧血が慢性の経過で現れた場合、Hb濃度7g/dl未満の高度の貧血でも自覚症状のないことが少なくありません。高齢者の場合、階段の昇降や布団の上げ下げを行っても心臓がドキドキせず、疲れやすいなどの自覚がなくても、貧血がないとはいえません。

●治療とケアのポイント

●貧血を見逃さないために

高齢者の貧血を見逃さないためのポイントは、①便の性状の変化(黒色便や血便)に注意すること、②健康診断の血液検査(血算)の値に注目すること、の2点です。①は、高齢者に多い消化管出血の原因とする鉄欠乏性貧血に気づく手がかりとなります。②は、貧血の早期発見や、典型的な貧血の症状がない場合の診断に有効です。

●貧血の治療には原因疾患の特定が必要

貧血とは1種類の疾患ではなく、その原因は多様です。貧血の正しい治療のためには、原因疾患の見極めが重要で、治療の方法はひと通りではありません。高齢者に最も多い鉄欠乏性貧血では、鉄剤の内服が有効で、貧血の改善が期待できます。しかし、たとえば胃がんからの出血が貧血の原因である場合は、胃がんの外科的切除こそが根本的な治療になります。便潜血(べんせんけつ)反応や内視鏡検査を外来で行い、診断が容易につくこともありますが、貧血の原因疾患を特定するために、入院を要することもあります。医師から検査入院を提案された場合は、それが貧血の正しい治療のために必要であることを理解してください。

その他の重要事項

高齢者が立ちくらみやめまいを起こす疾患として、椎骨脳底動脈循環不全、血圧調節の異常(食後低血圧、起立性低血圧)などがあります。これらは、脳血流量が一過性の減少を起こして、俗にいう「脳貧血」の症状を示しますが、血液検査の値(血算)には異常を認めず、貧血とは別の病態です。



【回答】穴埋め漢字・①式 ②海 ③材 ④説 ⑤自 クロスワード・アキマツリ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーションとやま南/富山南鍼灸院
富山市掛尾町249 スペースイン掛尾3F

TEL076-481-6239
FAX076-481-6246

第 149 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、
4つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

形
↓
洋 → → 典
↓
場

④

力
↓
学 → → 明
↓
教

②

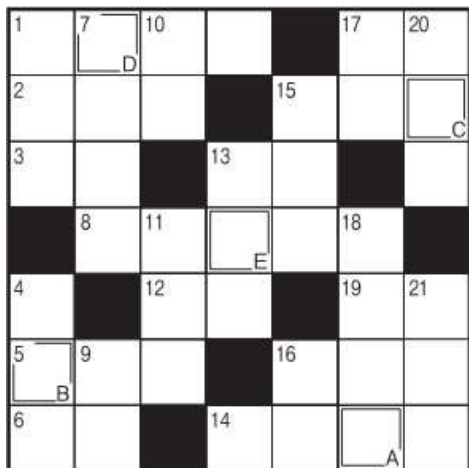
航
↓
大 → → 洋
↓
岸

③

人
↓
取 → → 料
↓
木

⑤

独
↓
各 → → 分
↓
動



■クロスワードパズル



★タテのカギ

- くるくるとカールした髪。
- ふすまや障子はこの上を動きます。
- 電車の中にぶら下げられています。
- くらを置いて乗ります。
- 自分の娘の夫のこと。
- ～に無勢だ、勝てないなあ。
- せき止めに良いといわれるバラ科の果物。
- 車を止めて～ブレーキを引いた。
- スズシロはダイコン、スズナは。
- 黄色い貴金属。元素記号はAu。
- 競技などを途中で棄権すること。
- 眠るときに着る物。
- 猫に～＝豚に真珠。

★ヨコのカギ

- 唱歌『虫のこえ』で最初に出てくる虫。
- 江戸～はガラスをカットして作られる工芸品です。
- よく内科と対比されます。
- マタタビ科の果物。鳥の名にちなんで名付けられました。
- リビングともいいます。
- 季節によって住む場所を変える鳥。
- 箸を数えるときに使う言葉。
- 舟をこぐ道具。
- こしあんと～、どちらが好き？
- 秋においしい魚の代表格。
- 牛などに食べさせる牧草のこと。
- 臼と一緒に働きます。
- 吸盤がたくさんある海の生き物。



A	B	C	D	E
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>