

Q&Aで解決!!
あなたは知ってる？本当の「貧血」

「先生、貧血で倒れました」「えっ？」
話を聞くと、ソファで横になっていて起き上がった拍子に気分が悪くなって倒れたということです。これは、急に立った際に血圧の調節が間に合わず血圧低下、いわゆる「脳貧血」で倒れました。今回のお話しは、これとは異なる本当の「貧血」についてです。

Q1 貧血とは？**A1** 血液中の赤血球が少ない状態のことです。**Q2** 赤血球の役割は？**A2** 酸素を全身に運ぶ酸素運搬係です。**Q3** 血液はなぜ赤い？**A3** 赤血球内にあるヘモグロビンが赤いから血液は赤い色をしています。ヘモグロビンは酸素を運ぶ鉄を含んだタンパクで、日本語では「血色素」と言います。**Q4** 貧血の種類で多いのは？**A4** 鉄欠乏性貧血と慢性疾患（リウマチ、がん、感染症、肝腎疾患）に伴う二次性貧血。この2つで9割以上の貧血を占めます。**Q5** 鉄欠乏性貧血の症状は？**A5** 基準値（ヘモグロビン値で女性 12g/dL、男性 14g/dL 以上）よりかなり低くても、何も訴えない人が多いです。ただ、良く聞いてみると、①顔色不良（血色素不足）、②倦怠感、頭痛やこむらがり（酸素供給不足）、③動悸や息切れ（酸素不足を補うために心拍数・呼吸数が増える）、④口内炎や爪のもろさ、脱毛、肌のかさつき（鉄は赤血球だけでなく全身の組織で必要）がみられることがあります。**Q6** 診断は？**A6** 血液検査で赤血球数、ヘモグロビン低値ならびに血清鉄、フェリチン（貯蔵鉄の指標）の低下を確認することで診断します。**Q7** 貧血はどのようにして起こりますか？**A7** 鉄不足でヘモグロビンを十分作ることができない場合に、貧血は起こります。**Q8** 貧血の原因は？**A8** 鉄需要増（成長期の子どもや妊婦）、偏食、過度な運動（マラソン）、出血（胃潰瘍、痔、大腸腫瘍、月経過多、出産）などの原因が多いです。出血に関しては、便検査（潜血）、消化管内視鏡、婦人科的検査をします。**Q9** 治療方法は？**A9** 鉄分の多い食事を頑張って摂るだけでは良くなりません。鉄剤の内服または静脈注射を行います。1か月ぐらいで貧血は改善しますが、鉄の貯蔵庫（肝臓、脾臓、骨髄）の補充にさらに数か月治療が必要です。月経過多や胃潰瘍など貧血の根本的な原因の治療も重要です。

今回は、頻度の高い2つの貧血のうち鉄欠乏性貧血についてお話ししました。若い女性の多くが鉄欠乏状態で貧血予備軍です。また、**A5**に貧血症状を訴えない人が多いと書きましたが、治療で貧血が改善すると、身体の調子が良くなり治療前に比べて楽になったと言われるそうです。貧血は全身に影響をおよぼします。年に1回の健診を受け、貧血に対し適切な治療を受けましょう。

回答者



田村和夫・たむらかずお

1974年、九州大学医学部卒業、同第一内科研修。1975-80年、米国エルムハースト総合病院（NYC）、ロズウェルパーク記念研究所（バッファロー市）で内科・腫瘍内科を研修し両専門医取得。1980-1997年、県立宮崎病院内科部長。1997-2020年、福岡大学教授（内科学）。2013-15年、同大学病院院長。2020年4月より同大学名誉教授、くらて病院内科（非常勤）。血液・腫瘍内科専門医。