



26 ноября
День борьбы с
Дефицитом Железа
#отнеситесь к железу
серьезно

О ДНЕ БОРЬБЫ С ДЕФИЦИТОМ ЖЕЛЕЗА

О проведении Дня борьбы с дефицитом железа

День борьбы с дефицитом железа проходит каждый год 26 ноября, он необходим для того, чтобы:

- **Повысить уровень информированности о проблемах здоровья, связанных с дефицитом железа**
- **Рассказать о влиянии дефицита железа и железодефицитной анемии на качество жизни людей, страдающих этими состояниями**
- **Помочь людям распознать общие и часто упускаемые из виду симптомы**

Мы хотим, чтобы люди знали о железе больше!

Это необходимо, чтобы понять, почему железо так важно для нашего организма, и что может произойти, если организм получает железо в недостаточном количестве. А также, чтобы вовремя распознать симптомы и принять меры.

Значимость железа и дефицит железа

Известно, что без достаточного количества железа человеческий организм не способен функционировать должным образом. Железо требуется всему организму. Данный элемент важен для производства красных кровяных клеток (эритроцитов), а также для обеспечения эффективного функционирования сердца и скелетных мышц². Железо также играет важную роль в борьбе с инфекционными заболеваниями³, поддерживает энергетическую активность организма³ и нормальную работу мозга.

Термин «железодефицит» означает, что в организме недостаточно железа для нормального его функционирования⁵.

Железодефицитная анемия

Железодефицитная анемия возникает, когда уровень железа, содержащегося в организме, настолько низок, что организм больше не может вырабатывать достаточное количество гемоглобина, необходимого для выработки здоровых эритроцитов⁶. Гемоглобин – это белок, входящий в состав эритроцитов, которые, переносят кислород к тканям и органам по всему организму, что необходимо для его правильного функционирования⁷.



Дефицит железа или железодефицитная анемия?

Существует четкое клиническое различие между железодефицитом и железодефицитной анемией⁵. Наличие низкого уровня железа (железодефицит) не обязательно означает, что у Вас имеется железодефицитная анемия. Чтобы определить, что именно имеется у человека – железодефицит или железодефицитная анемия, проводится анализ крови, в котором определяются следующие показатели:

- **Уровень гемоглобина:** гемоглобин-это компонент эритроцитов, нуждающийся в железе, для осуществления транспортировки кислорода в организме. Уровень гемоглобина может быть разным, в зависимости от возраста, пола и физиологического состояния человека (например, беременность⁸). Однако, определение только уровня гемоглобина неостаточно для подтверждения дефицита железа⁹.
- **Ферритин сыворотки:** показатель, который отражает количество запасов железа, содержащегося в организме¹⁰.
- **Коэффициент насыщения трансферрина железом (TSAT):** параметр, демонстрирующий, сколько из запасенного в Вашем организме железа доступно и может быть использовано для создания новых эритроцитов¹¹.





26 Ноября
День борьбы с
Дефицитом Железа
#отнеситесь к железу
серьезно

О ДНЕ БОРЬБЫ С ДЕФИЦИТОМ ЖЕЛЕЗА

Информированность

Несмотря на серьезные последствия и высокую распространенность железодефицита¹², мы не так много знаем об этом. Многие люди не знают, что их здоровье и благополучие находятся под угрозой^{13, 14}. И даже среди тех, кто знает о дефиците железа, не все могут его распознать.

Именно по этой причине, мы сосредоточили свое внимание на повышении образованности в отношении распознавания симптомов и последствий железодефицита, и рекомендуем Вам обратиться к своему лечащему врачу, как только Вы обнаружите у себя какие-либо из следующих симптомов.



Симптомы железодефицита и железодефицитной анемии

Железодефицит и железодефицитная анемия могут возникнуть у каждого – данная патология широко распространена во всем мире, как среди мужчин, так и среди женщин, как у молодых, так и у пожилых людей¹¹. Распознавание симптомов железодефицита и железодефицитной анемии – зачастую самое большое препятствие на пути постановки диагноза⁵. Симптомы могут проявляться по-разному, их трудно четко определить и, кроме того, они могут быть связаны с рядом других заболеваний⁵.

Сегодня – в День борьбы с дефицитом железа – мы стремимся акцентировать внимание на признаках, сигнализирующих о дефиците железа, влиянии этого состояния на жизнь людей, говорим о значимости этой проблемы.

Наш инструмент проверки симптомов подскажет Вам основные симптомы, связанные с дефицитом железа и железодефицитной анемией, и объяснит их с помощью анимированных персонажей.

Ждем Вас на Irondeficiencyday.com.



«Вифор Фарма», компания «Вифор Фарма Групп», является мировым лидером в разработке, производстве и реализации фармацевтических препаратов для лечения железодефицитных состояний. Компания также предлагает спектр рецептурных и безрецептурных препаратов. Штаб-квартира компании «Вифор Фарма» находится в Цюрихе (Швейцария); компания имеет широкую сеть представительств и партнеров по всему миру. Для получения дополнительной информации посетите сайт www.viforpharma.com

Сайты IronDeficiencyDay.com и IronDeficiency.com созданы для информирования международной аудитории, за исключением жителей США. Вся информация, содержащаяся на данных ресурсах, носит исключительно образовательный характер и не должна быть использована вместо рекомендаций врача. Все решения, касающиеся ведения пациента, должны приниматься исключительно врачом и отвечать индивидуальным требованиям каждого пациента.

References

1. Hasan TH, et al. Impact of Iron Deficiency Anemia on the Function of the Immune System in Children. *Medicine* 95.47 (2016): e5395. PMC.
2. Camaschella C. Iron-deficiency anemia. *N Engl J Med*. 2015; 372:1832–1843.
3. Beard JL. Iron biology in immune function, muscle metabolism and neuronal functioning. *J Nutr*. 2001;568-580.
4. Pinerio DJ, Connor JR. Iron in the Brain: An Important Contributor in Normal and Diseased States. *Neurosci*. 2000;6(6):435-453.
5. Cappellini MD et al. Iron deficiency across chronic inflammatory conditions: International expert opinion on definition, diagnosis, and management. *Am J Hematol*. 2017 Oct;92(10):1068-1078.
6. Fernando B, et al. A guide to diagnosis of iron deficiency and iron deficiency anemia in digestive diseases. *World J Gastroenterol*. 2009 Oct 7; 15(37): 4638-4643.
7. PubMed Health. Erythrocytes (red blood cells). Available at URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMHT0022014/> Last accessed: June 2018.
8. World Health Organisation. Nutritional anaemias: tools for effective prevention and control. 2017. Available at URL: <http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/anaemias-tools-prevention-control/en/>. Last accessed: June 2018.
9. World Health Organization. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System. Available at URL: <http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>. Last accessed: June 2018.
10. National Heart Lung and Blood Institute. How is Iron Deficiency Anemia Diagnosed. Available at URL: <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/ida/diagnosis>. Last accessed: June 2018.
11. Elsayed M et al. Transferrin Saturation: A Body Iron Biomarker. *Adv Clin Chem*. 2016;75:71-97.
12. World Health Organisation. Worldwide prevalence of anaemia 1993-2005. 2008. Available at URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43894/9789241596657_eng.pdf;jsessionid=9C613E2F4D481E4EB9DE07986AFCE0C7?sequence=1. Last accessed: June 2018.
13. Thachil J. Iron deficiency: still under-diagnosed? *Br J Hosp Med*. 2015;76(9):528-532.
14. Miller JL. Anemia: a common and curable disease. *Cold Spring Harb Perspect Med*. 2013 Jul; 3(7).
15. Caramelo L, Mezzacasa A and Kassebaum NJ. Iron Deficiency. Understanding perceptions of sufferers and the general public. EHA 21st Annual Congress, 9-12 June 2016, Copenhagen, Denmark