



Jernmangelanemi (lav blodprosent som følge av jernmangel)

Bakgrunn:

Kroppen trenger jern for å lage hemoglobin. Hemoglobin er det stoffet som gjør at blodet er rødt og som binder oksygenet vi puster inn. Blodets hemoglobin "henter" oksygen i lungene og "leverer" det ut til alle cellene i kroppen. Hvis man har for lite hemoglobin ("lav blodprosent"), blir det levert lite oksygen ut i kroppen og man føler seg sliten. For lav hemoglobinkonsentrasjon i blodet kalles anemi. Små barn skal vokse raskt, de trenger mye energi og er avhengige av tilstrekkelig høy hemoglobinkonsentrasjon. Etter fødselen faller normalt barnets hemoglobinkonsentrasjon fram til ca. 8 ukers alder. Deretter begynner benmargen å lage mer hemoglobin og til dette trenger barnet jern. Jernmangel er den vanligste årsaken til anemi.

Årsaker:

Den vanligste årsaken til jernmangelanemi er at barnet får i seg for lite jern gjennom maten. Morsmelk inneholder lite jern. Hvis barnets mor har hatt jernmangel under svangerskapet, kan barnet ha lite jernlager fra fødselen og i tillegg få spesielt jernfattig morsmelk. Morsmelkserstatning er tilsatt jern, men kumelk inneholder svært lite. Barn som drikker mye kumelk er spesielt utsatt for jernmangelanemi. Når en stor del av kaloribehov blir dekket av melk, spiser de mindre av annen mat som inneholder mer jern.

Andre årsaker til jernmangelanemi kan være sykdommer i tarmen, som gjør at kroppen ikke klarer å ta opp tilstrekkelig jern fra maten. En sjelden årsak er at barnet mister blod gjennom blødninger i tarmen eller andre steder i kroppen.

Symptomer (sykdomstegn):

De viktigste sykdomstegnene er blekhet og slapphet. Diagnosen stilles ved blodprøve som viser lav hemoglobinkonsentrasjon og lavt jernnivå i blodet. Dersom barnet har symptomer fra mage/tarm, må behandlende lege undersøke om det kan være sykdom her.

Behandling:

Jernmangelanemi behandles med tilførsel av jernmikstur i 2-3 måneder og deretter vurderes behovet for videre jerntilskudd av behandlende lege. Jerntilskudd kan også gis til barn som ernæres med morsmelk. For at barnet skal få i seg tilstrekkelig mengde jern gjennom kosten når det begynner med fast føde, er det viktig med et variert kosthold. Barn over 6 måneder trenger vanligvis ikke mat om natten. De bør ikke få flaske med melk eller saft etter leggetid. Den jevne tilførselen av næring gjør at barna ikke blir ordentlig sultne og dermed spiser de mindre næringsrik kost. Dessuten kan tennene ta skade av slik jevn tilførsel av slik drikke.

Svært sjelden er anemien så uttalt at barnet må få blodoverføring.

Forløp:

I de fleste tilfeller bedres jernmangelanemien etter en periode med jerntilskudd og eventuell omlegging av kosten. Noen har behov for lengre perioder med tilskudd, men behandlende lege må da vurdere om det er behov for å gjøre ytterligere undersøkelser.

En del barn kan få plager med forstoppelse som følge av jerntilskudd. Det er viktig med rikelig tilførsel av drikke (helst vann) for å unngå dette. Av og til må man behandle forstoppelsen med mykgjørende midler, fordi jerntilskuddet er så viktig for barnet at man ikke kan avbryte behandlingen.