

健康教育丛书

27

贫血

编著 李 全 张晓红

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

贫血 / 李全等编著. -2 版. - 北京: 中国中医药出版社, 2005. 1

(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-752-8

I. 贫... II. 李... III. 贫血 - 基本知识 IV. R556

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 133705 号

责任编辑: 肖培新

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦

电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 河北天普润印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 850×1168 毫米 32 开

字 数: 42 千字

印 张: 4.5

版 次: 2005 年 1 月第 2 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

册 数: 4000

书 号: ISBN 7-80156-752-8/R·752

定 价: 10.00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP://WWW.CPTCM.COM

目录

一般知识

血液的组成成分	(3)
红细胞的生成和发育	(4)
红细胞是如何代谢的	(6)
制造红细胞需要哪些原料	(7)
红细胞形态有什么特点	(8)
红细胞有哪些生理功能	(9)
什么是贫血	(10)
贫血是一种具体的疾病吗	(11)
贫血的发病情况怎样	(12)
贫血的发病原因有哪些	(14)
贫血如何按红细胞形态学分类	(16)
贫血时会发生哪些病理生理变化	(17)
怎样确定贫血的程度	(18)

贫血常见的类型有哪几种	(19)
是否贫血都需要输血	(21)
输血会出现什么不良反应	(23)
贫血的治疗原则是什么	(24)
中医是怎样认识贫血的	(25)
什么是缺铁性贫血	(27)
铁有何生理功能	(27)
铁在体内的代谢	(28)
哪些人易患缺铁性贫血	(29)
什么是铁粒幼细胞性贫血	(30)
什么是巨幼细胞性贫血	(31)
巨幼细胞性贫血是如何产生的	(32)
哪些原因易引起叶酸和 维生素 B ₁₂ 缺乏	(33)
什么是恶性贫血	(34)
什么是再生障碍性贫血	(34)
哪些药物易引起再障	(35)
再障是如何发生的	(36)
再障有哪些临床表现	(37)
中医对再障的认识	(38)

哪些再障病人必须输血	(39)
什么是纯红细胞再生障碍性贫血	(40)
什么是再障危象	(40)
什么是溶血性贫血	(41)
溶血性贫血有哪些临床表现	(42)
什么是遗传性球形红细胞	
增多症	(43)
什么是遗传性球形红细胞增多症的	
溶血危象	(43)
什么是葡萄糖 6-磷酸脱氢酶缺乏	
症	(44)
阵发性睡眠性血红蛋白尿	
是怎么回事	(45)
什么是海洋性贫血	(45)
蚕豆病是怎么回事	(46)
什么是新生儿黄疸	(46)
感染诱发的溶血性黄疸是怎么	
回事	(47)
什么是行军性血红蛋白尿	(47)
什么叫症状性贫血	(48)



什么是慢性肾衰竭的贫血	(48)
什么是恶性肿瘤的贫血	(49)
什么是肝病的贫血	(50)
什么是急性失血性贫血	(51)

疾病信号

皮肤黏膜苍白	(55)
疲倦乏力	(56)
异食癖	(56)
舌炎、手足麻木	(57)
血红蛋白尿	(57)
月经色淡量少	(58)
黄疸	(58)

就医须知

.....	(59)
-------	------

检查须知

贫血时常做哪些化验检查 (65)

红细胞和血红蛋白的正常值是多少 (66)

如何从血常规化验单中初步判断贫血
 类型 (67)

什么是网织红细胞计数 (68)

贫血时为什么要查网织红细胞计数 (69)

网织红细胞计数与贫血类型的关系 (70)

缺铁性贫血时血涂片检查红细胞形态
 如何 (71)

缺铁性贫血的骨髓象有何变化 (71)

什么是血铁三项 (72)

什么是溶血三项 (73)

尿含铁血黄素检查是怎么回事 (74)

巨幼红细胞性贫血实验室检查有
 何异常 (74)

再生障碍性贫血的实验室检查有
 何变化 (75)

用药宜忌

- 怎样用药物治疗贫血 (79)
- 服铁剂的注意事项 (81)
- 维生素 B₁₂ 缺乏时
 - 为什么禁用叶酸治疗 (81)
 - 阵发性睡眠性血红蛋白尿补铁注意 (82)
 - 药物也可引起再障 (82)

家庭保健

- 贫血的食疗原则 (85)
- 具有补虚生血作用的食物有哪些 (85)
- 用于贫血药膳的药物有哪些 (86)
- 如何正确认识贫血 (88)
- 适用于贫血药茶、药粥的药物 (89)
- 贫血患者怎样选用药粥 (89)
- 含铁量较高的饮食 (90)

缺铁性贫血患者要注意治疗慢性失

血性疾病	(91)
婴幼儿当注意补铁	(92)
哪些食物富含维生素 B ₁₂	(92)
哪些食物中叶酸含量较多	(93)
贫血简易药膳	(94)

预后康复

贫血的预后	(99)
贫血患者的运动康复	(100)
贫血患者的情志调护	(101)
缺铁性贫血患者的饮食调理	(102)
巨幼细胞性贫血的饮食调理	(103)

新技术新方法

脾切除术	(107)
造血干细胞移植	(108)

常用药

硫酸亚铁	(111)
右旋糖酐铁	(113)
叶酸	(115)
维生素 B ₁₂	(116)
康力龙	(117)
安雄	(118)
红细胞生成素	(119)
达那唑	(120)

关键词索引

.....	(121)
-------	-------

一般知识

健康需知识
医理是真知

血液的组成成分

人体的血液是由血浆和血细胞两部分组成的，这两部分即我们通常所说的全血。如果我们抽取 5~10ml 人的全血，将它放入离心管中进行高速离心（1500 转/分，离心 20 分钟），就会发现血液清楚地分为上下两层。上层呈淡黄色透明的是血浆，而下层暗红色质稠的是血细胞。

血浆成分非常复杂，包含有多种不同性质、不同功能的化学物质，如白蛋白、球蛋白、各种凝血和抗凝血因子、补体、抗体、酶、激素、脂质、电解质、营养物质、各种代谢产物以及许多其他化学物质。

血细胞为血液的有形成分，包括红细胞、白细胞和血小板。红细胞与贫血的关系最为密切。



红细胞的生成和发育

在人体的不同发育时期，生成红细胞的组织器官是不同的。人类的胚胎约 20 天左右即可看到在其卵黄囊的中胚叶中有“血岛”形成，这里是红系细胞的主要产地。从胎龄 5~6 周开始，肝脏逐渐取代血岛而成为主要造血器官，至 6 个月左右又逐渐被骨髓取代。出生后至青春期，红细胞生成的器官为全身红骨髓；成年后，红骨髓主要局限于扁骨，如胸骨、椎骨、肋骨、髌骨和颅骨等。所以说，成年人的红细胞产生于骨髓。

骨髓中的多能造血干细胞分化发育为原始红细胞，原始红细胞经过 4 次有丝分裂和细胞核的排出而成为网织红细胞，网织红细胞再发育为成熟的红细胞而进入循环血液中。红细胞的发育受到红细胞生成素的调节和控制，同时还必须有维生素 B₁₂、叶酸、铁等造血原料的供应。如果造血物质缺乏，不仅红细胞生成数量减少，而且还会导致红细胞形态异常，这两个方面的异常均会引起红细胞功能异常而出现贫血，如临床上常见的巨幼红细胞性贫血、缺铁性贫血、溶血性贫血等。

红细胞是 如何代谢的

红细胞是由骨髓多能干细胞发育而来的。人类红细胞的平均寿命是 120 天，新生和破坏都很活跃，体内每天有大约 $1/120$ 的红细胞衰老死亡而被清除，但红细胞的生成和破坏始终处于一种动态平衡中。也就是说，机体在正常生理状态下，红细胞每天新生的数量与消亡的数量是相等的。其清除过程主要在脾脏中进行。在脾脏的微循环中，红细胞被滤阻并被网状内皮系统的巨噬细胞所吞噬和消化。被破坏的红细胞释放血红蛋白并进而分解代谢而释放出铁、氨基酸和胆红素，这些代谢产物大部分被机体重新利用，仅有少部分被排出。

如果红细胞代谢失去平衡，红细胞破坏过多或生成减少，就会出现贫血。

制造红细胞需要 哪些原料

红细胞的生成是一个非常复杂的过程，除要求骨髓有正常的造血功能外，还必须要有充足的造血原料，二者缺一不可。

制造红细胞的主要原料是蛋白质和二价铁，同时必须保证有适量的维生素 B₁₂、叶酸等辅助原料的供应，此外，生成红细胞尚需要维生素 B₆、B₂、C、E 以及铜、锰、钴、锌等微量元素。

有了以上这些造血所必需的原料，在造血微环境中由多种造血调节因子共同作用，经过比较长的细胞分化、增殖、成熟和释放过程，最后成熟的红细胞进入血液循环中，发挥其生理功能。

如果缺乏造血原料，红细胞生成障碍，红细胞质和量异常，就会出现贫血。

红细胞形态有什么特点

人类与哺乳动物的成熟红细胞为红色无核的双凹（或单凹）圆盘形细胞。正是因为有这样的形态特点，使红细胞具有较低的代谢率，又有较大的体表面积，有利于红细胞与周围组织充分地进行气体交换；同时，有利于红细胞变形卷曲，变形后可以通过直径小于它的毛细血管，通过后再恢复原状，从而发挥其功能。