

# Anemia pernicioza, czyli objawy i leczenie niedokrwistości Addisona-Biermera

**Niedokrwistość jest stanem patologicznym wynikającym z dysproporcji między zapotrzebowaniem organizmu na tlen, a ograniczonymi możliwościami krwinek czerwonych do zaopatrywania w niego narządów. [1] Wyróżniamy trzy główne przyczyny występowania anemii. Może rozwinąć się ona wskutek niedoboru pewnych składników niezbędnych do produkcji erytrocytów, co zaburza proces ich tworzenia, dużej utraty krwi w wyniku krwotoku, bądź przedwczesnego rozpadu czerwonych krwinek.**

## Niedokrwistość Addisona-Biermera

**Niedokrwistość Addisona-Biermera to inaczej anemia złośliwa lub megaloblastyczna, czyli niedokrwistość z powodu niedoboru witaminy B12.**

Witaminę B12 możemy dostarczyć do organizmu spożywając produkty pochodzenia zwierzęcego, takie jak: wątroba, mięso drobiowe, wieprzowe, wołowe i inne, mięso ryb, jaja, mleko i jego przetwory np. jogurt, maślanka, kefir, sery podpuszczkowe (żółte) czy twarogowe. Witamina ta nie występuje w produktach roślinnych. Rola kobalaminy (witamina B12) jest szeroko rozpowszechniona w ustroju. Do funkcji możemy zaliczyć:

- uczestnictwo w przemianach białek, węglowodanów oraz tłuszczów w organizmie,
- czynny udział w procesie wytwarzania erytrocytów w szpiku kostnym,
- zapewnia równowagę i komfort psychiczny,
- uczestniczy we wspieraniu układu nerwowego,
- oraz w procesach odtwarzania uszkodzonego DNA.

**Wchłanianie spożytej z pokarmem witaminy B12 jest zależne od tzw. czynnika wewnętrznego IF, który produkowany jest przez komórki okładzinowe żołądka. Brak tego czynnika uniemożliwia przyswajanie przez organizm dostarczonej witaminy, która zostaje wydalana z organizmu bez korzyści dla naszego ustroju. Drugim krytycznym punktem ważnym dla poprawnego wchłaniania witaminy B12 jest jelito kręte.**

Warto podkreślić, że anemia nie jest chorobą samą w sobie, ale objawem występowania pewnych problemów w funkcjonowaniu organizmu człowieka. Omawiany typ niedokrwistości jest określany jako choroba autoimmunologiczna (uwarunkowana czynnikami genetycznymi), w wyniku której dochodzi do upośledzonego wchłaniania witaminy B12 z powodu braku niezbędnego do tego procesu czynnika IF.

## Anemia pernicioza - objawy

Do objawów anemii perniciosy należą:

- bladożółte zabarwienie skóry,
- łatwe męczenie się nawet podczas umiarkowanego wysiłku fizycznego,
- obniżenie łaknienia, zaburzone odczuwanie smaków,
- bóle i zawroty głowy,
- stałe uczucie senności,

- obrzęki,
- powiększenie wątroby lub śledziony,
- zahamowanie wzrostu i dojrzewania,
- upośledzona koncentracja,
- wygłodzenie, zaczerwienienie i bolesność języka.

## Anemia pernicioza - przyczyny

**Anemia złośliwa jest wynikiem niepoprawnego wchłaniania witaminy B12, która bierze czynny udział w wytwarzaniu erytrocytów. Niedobór owej witaminy jest spowodowany dziedziczną wadą genetyczną, objawiającą się brakiem wytwarzania czynnika wewnętrznego (IF) w żołądku.** W prawidłowym schemacie po spożyciu produktów będących źródłem witaminy B12, wchłanianie jest uzależnione od czynnika IF wydzielanego przez komórki okładzinowe żołądka do dwunastnicy. W pierwszym odcinku jelita cienkiego, IF łączy się z witaminą i umożliwia jej transport do jelita krętego, gdzie ma miejsce jej wchłonięcie do krwioobiegu i transport do miejsca przeznaczenia za pomocą specjalistycznych białek.

## Anemia pernicioza - leczenie

Anemia pernicioza jest często określana jako młodzieńcza niedokrwistość złośliwa. Dlaczego? Odpowiedź jest prosta! Anemia Addisona-Biermera jest najczęściej diagnozowana wśród dzieci w wieku 10 lat, gdyż w przybliżeniu na taki okres czasu wystarcza organizmowi zapas kobalaminy zgromadzony podczas życia płodowego.

Leczenie opiera się na dożylnym podawaniu witaminy B12, czyli omijając układ pokarmowy, w którym związek nie mógłby się wchłoniąć z powodu braku niezbędnego do tego procesu czynnika IF. Dostarczanie witaminy w postaci zastrzyków odbywa się do końca życia chorego.

## Anemia pernicioza - dieta

**W przeciwieństwie do pozostałych typów anemii, na niedokrwistość Addisona-Biermera nie ma wpływu jakość diety.** Niedobór witaminy B12 nie jest wynikiem niedostatecznej ilości spożytej witaminy, ale upośledzonej ścieżki jej wchłaniania.

Nie zapominajmy jednak, że dieta bazująca na niskoprzetworzonej żywności, urozmaicona pod kątem wyboru różnorodnych produktów spożywczych i nie wykluczająca żadnej z podstawowych grup produktów spożywczych będących źródłami białka, węglowodanów, tłuszczów, składników mineralnych, witamin i substancji bioaktywnych, jest podstawą do zachowania zdrowia.

Literatura:

[1] Monika Chelstowska, Krzysztof Warzocha; Klinika Hematologii Instytutu Hematologii i Transfuzjologii w Warszawie; „*Objawy kliniczne i zmiany laboratoryjne w diagnostyce różnicowej niedokrwistości*”

Katarzyna Albrecht, Edyta Ulińska; Katedra i Klinika Pediatrii Hematologii i Onkologii WUM; „*Niedokrwistości z zaburzeń wytwarzania*”

Author: Martyna Jaros

Link do artykułu: <http://bonavita.pl/anemia-perniciosa-czyli-objawy-i-leczenie-niedokrwistosci-addisona-biermera>

