

DEMİR

written by Dr. Aydođan Lermi

Demir yaşam için son derece gerekli mineraldir. Hergün 0,1 mg alınması gerekir, vücutta en çok kan hücresi eritrositler içinde oksiyen taşıyan hemoglobinin yapımında kullanılır, ayrıca ferritin ve hemosiderin olarak depolanır. Ayrıca kas içinde oksijeni tutan myoglobin içindedede bulunur. Demir kanda transferrin denilen proteine bağlanarak taşınır. Demir eksikliğinde transferrin artar. Eksikliđinde uyku hali konsantrasyon bozukluğu kansızlık ağız kenarında çatlaklar olur. Vücut demirir tekrar tekrart kullanmaya atmamaya çalışır bu nedenle eksikliği çok önemlidir ve mutlak araştırılmalıdır. Tek başına demir bakmak teşhis koydurmaz beraberinde trasferrin, ferritin, hemosiderin, demir bağlama kapasitesi de bakılmalıdır.

Serum demiri için normal deđerler:

- 25 yařında erkek: 40-155 µgr/dl
- 40 yařında erkek: 35-168 µgr/dl
- 60 yařında erkek: 40-120 µgr/dl
- 25 yaşında kadın: 37-165 µgr/dl
- 40 yaşında kadın: 23-134 µgr/dl
- 60 yaşında kadın: 39-149 µgr/dl
- Gebelik durumunda : 25-137 µgr/dl

Demir düzeyinin düřtüđu durumlar:

- Kan kayıpları,
- Tümörler,
- Kronik iltihabi hadiseler,
- Gebelik,
- Bazı kalıtsal hastalıklar,
- Bazı böbrek hastalıkları.

Demir düzeyinin arttığı durumlar:

- Bazı demir metabolizma hastalıklarında
- Fazla demir alınmasında
- Bazı meslek çalışanlarında demir fazla alınabilir.

Demir zehirlenmesinde :

- İshal,
- Bulantı kusma,
- Kan tablosunda anormallik,
- Şeker yükselmesi,
- Dışkıının siyahlaşması görülebilir.