

Anémie ferriprive

Introduction

Le sang contient trois types différents de cellules : les globules blancs (qui font partie du système immunitaire du corps), les globules rouges (qui transportent l'oxygène dans le corps à l'aide d'une substance appelée hémoglobine) et les plaquettes (qui permettent au sang de coaguler).

Les globules rouges ont besoin de fer pour stocker et transporter l'oxygène à toutes les parties du corps.

L'anémie se produit en cas de réduction du nombre des globules rouges ou de concentration de l'hémoglobine.

Il existe plusieurs types d'anémie, chacun ayant une cause différente. La forme la plus courante est l'anémie ferriprive.

Le fer est un composant essentiel de l'hémoglobine, la substance qui l'aide à stocker et transporter l'oxygène à l'aide des globules rouges. Sans assez de fer, les globules rouges ne pourront pas transporter autant d'oxygène jusqu'à toutes les parties du corps et des organes.

Les autres formes d'anémie peuvent être causées par un manque de vitamines B12 ou B9.

Symptômes

Les symptômes les plus courants de l'anémie ferriprive sont la fatigue et l'épuisement, l'essoufflement (dyspnée) et les palpitations (battements de cœur irréguliers).

Les symptômes moins courants de l'anémie ferriprive sont les maux de tête, les bourdonnements dans les oreilles (acouphènes) et un sens du goût modifié. D'autres symptômes peu courants sont le désir de manger des éléments non comestibles tels que la glace, le papier ou l'argile (pica). On peut également citer la langue douloureuse et la difficulté à avaler (dysphagie).

L'anémie ferriprive peut également entraîner des changements d'apparence : teint très pâle, langue très lisse (glossite atrophique), aphtes douloureux aux coins de la bouche (cheilose angulaire), ongles secs, qui s'écaillent ou en forme de cuillère sont des signes d'une possible anémie ferriprive.

De nombreuses personnes souffrant d'anémie ferriprive ne présentent que quelques-uns des signes et des symptômes de la maladie. La gravité de vos symptômes peut dépendre de la rapidité à laquelle votre anémie s'est développée.

Causes

L'anémie ferriprive se produit quand le corps ne contient pas assez de fer.

Les saignements de l'estomac et des intestins (tractus gastro-intestinal) sont une cause courante d'anémie ferriprive. Les saignements gastro-intestinaux peuvent être causés par divers facteurs. Certains types de médicaments et les ulcères d'estomac peuvent entraîner des saignements de l'estomac.

Dans certains cas rares, les saignements gastro-intestinaux peuvent être causés par un cancer, généralement un cancer de l'estomac ou du côlon. C'est pourquoi votre médecin généraliste sera très prudent pour diagnostiquer votre anémie, en recherchant tous les signes possibles de cancer.

Les femmes ayant des règles particulièrement abondantes (ménorragie) peuvent être atteintes d'une anémie ferriprive.

Il est très courant que les femmes enceintes soient atteintes d'anémie ferriprive. En effet, leurs corps a besoin de fer supplémentaire pour que leur bébé ait un apport suffisant en sang. De nombreuses femmes enceintes ont besoin de suppléments en fer, notamment à partir de la 20^e semaine de grossesse.

En dehors des grossesses, il est très rare que l'anémie ferriprive soit causée uniquement par un manque de fer dans l'alimentation.

Diagnostic

Pour diagnostiquer l'anémie ferriprive, une simple analyse de sang permettra de mesurer la quantité d'hémoglobine et le nombre de globules rouges. Si vous souffrez d'anémie ferriprive, vous avez moins de globules rouges que la normale. Les cellules peuvent également être plus petites que la moyenne.

De plus, votre médecin généraliste devra peut-être effectuer un examen physique pour confirmer la cause de votre anémie ferriprive.

Si votre médecin détecte une anomalie lors de votre examen physique, il vous demandera peut-être de consulter un spécialiste pour de nouveaux tests. Il est très important que vous consultiez un spécialiste si votre médecin vous le conseille, afin que tout problème grave puisse être diagnostiqué dès que possible.

Étant donné que l'anémie ferriprive est courante pendant la grossesse, si vous en souffrez alors que vous êtes enceinte, il est probable que votre médecin ne recherchera pas d'autres causes.

Traitement

L'anémie ferriprive se traite généralement en remplaçant le fer qui manque dans le corps.

Votre médecin prescrira un complément de fer pour restaurer le fer qui manque à votre corps.

Si vous avez de jeunes enfants, il est très important que vous rangiez vos compléments de fer hors de leur portée. En effet, une overdose de fer est toxique et peut être mortelle chez un jeune enfant.

Si le manque de fer qui cause votre anémie ferriprive provient de votre alimentation, votre médecin vous conseillera sur les façons de la changer afin d'inclure plus de fer.

Les aliments riches en fer sont les légumes à feuilles vert foncé (tels que les épinards), le pain riche en fer, les haricots en grains, les noix, la viande, les abricots, les pruneaux et les raisins secs.

De plus, votre médecin devra s'assurer que la cause sous-jacente de votre anémie est traitée, pour qu'elle ne devienne pas récurrente.

Complications

L'anémie ferriprive cause rarement des complications graves ou à long terme. Cependant, certaines personnes trouvent que leur anémie a un impact sur leur vie quotidienne. Certaines des complications les plus courantes sont indiquées ci-dessous.

Étant donné que l'anémie ferriprive peut causer fatigue et épuisement, vous vous apercevrez peut-être que vous êtes moins productif et actif au travail. Votre capacité à rester éveillé et à vous concentrer peut être réduite et vous n'aurez peut-être pas la capacité de faire de l'exercice régulièrement.

Les études montrent que l'anémie ferriprive peut affecter votre système immunitaire, vous rendant ainsi susceptible de contracter une maladie ou une infection.

Les femmes enceintes souffrant d'anémie sévère ont un risque accru de complications, notamment durant et après la naissance. D'après les études, les bébés nés d'une mère anémique ont plus de risques de naître prématurément ou ont un poids de naissance faible. Les bébés affectés par l'anémie ferriprive risquent de souffrir de carences en fer par la suite.

Service de traduction confidentiel

NHS Direct peut faire appel à des interprètes confidentiels, dans de nombreuses langues, quelques minutes après le début de votre appel.

Suivez notre guide simple en 3 étapes :

Étape 1 - Composez le numéro de NHS Direct – 0845 4647.

Étape 2 – Quand une personne répond, dites en anglais la langue que vous voulez utiliser. Attendez d'être mis en relation avec un interprète qui aidera NHS Direct à vous donner les informations et conseils médicaux dont vous avez besoin.