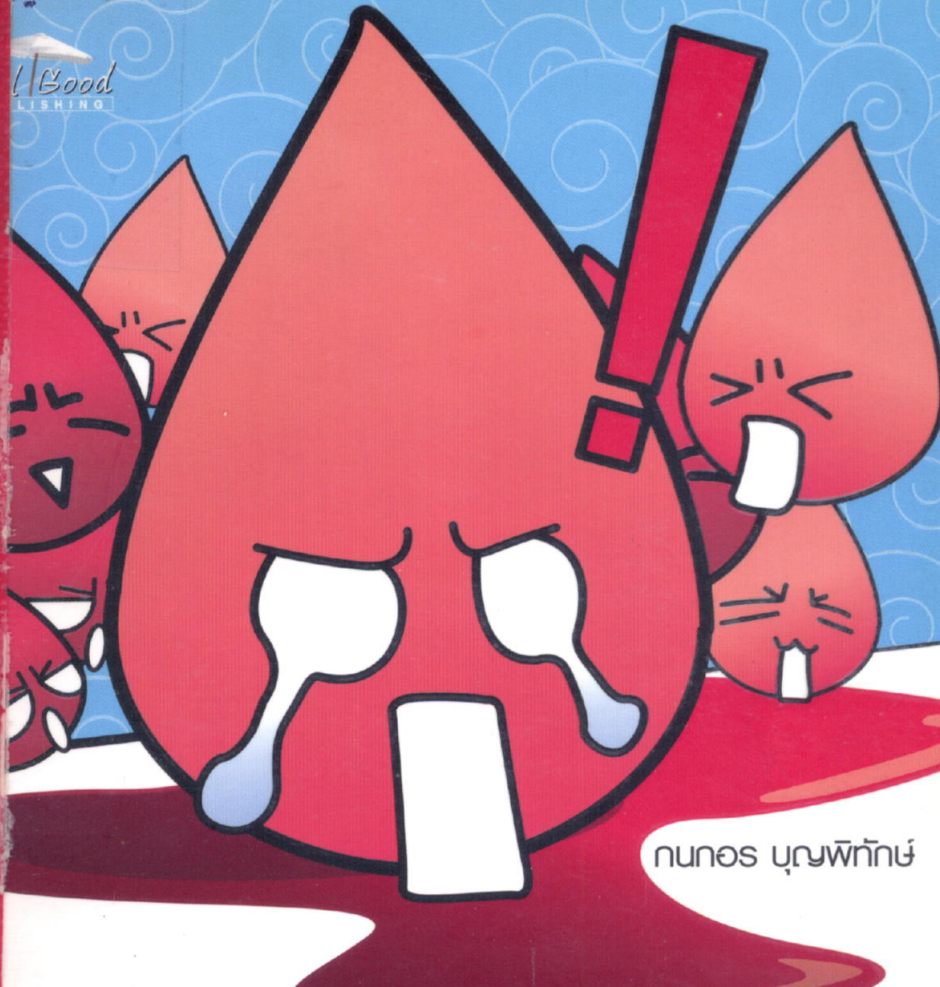


U Good  
LISHING



กนกร บุนพิตักษ์

WH 160 ก125ล 2554



เลือดจาง การรักษา ดูแล และอาหารบำบัด...  
ห้องสมุดวิฑฒนภัทษภมรราชชนนี นครราชสีมา

# ดจาง

## อาหารบำรุงเลือด

รู้ว่าการ บ่งบอกถึงสาเหตุ และแนวทางการรักษาโรคโลหิตจางอย่างถูกต้อง รวมถึงภาวะต่างๆ อันก่อให้เกิดโรคโลหิตจางอย่างครบถ้วน พร้อมตัวอย่างการแปลผลค่าและรายการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด หันมาใส่ใจตัวคุณเสียแต่วันนี้ เพื่อห่างไกลจาก “โรคโลหิตจาง”

# สารบัญ

รู้จัก-รู้สึกเกี่ยวกับเลือด	11
องค์ประกอบของเลือด	13
เม็ดเลือด 3 ชนิดและหน้าที่สำคัญ	15
เกล็ดเลือดผู้ดูแลจราจร	26
โลหิตจาง สาเหตุ การเกิด	29
อาการอย่างไรเรียกว่าโลหิตจาง	31
อาการที่บ่งบอกถึงสาเหตุของโลหิตจาง	35
การตรวจโลหิตจางทางห้องปฏิบัติการ	39
รายการตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	40
การแปลผลค่าการตรวจ (CBC)	42
การตรวจทางห้องปฏิบัติการอื่นๆ ที่ช่วยหาสาเหตุของโลหิตจาง	50
แนวทางการรักษาโลหิตจาง	52
โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก	55
การวินิจฉัยโรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก	61
การรักษาโรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก	66
รู้สึก-ยาที่เข้าธาตุเหล็ก	71
สารละลาย "ธาตุเหล็ก"	79
ตารางแสดงปริมาณธาตุเหล็กในอาหาร	84

สังกะสีในน้ำเลือดและเม็ดเลือดแดง	95
หน้าที่สำคัญ	95
การดูดซึมและการขับถ่าย	96
ตารางความต้องการสังกะสีในแต่ละวัน	97
แหล่งของสังกะสี	97
อาการขาดสังกะสี	98
ผลของการได้รับสังกะสีมากเกินไป	99
ทองแดงขนถ่ายธาตุเหล็ก	101
โลหิตจางจากการขาดโปรตีน	109
โลหิตจางจากการขาดกรดโฟลิก	115
ภาวะโลหิตจางจากการขาดวิตามินบี 12	123
สมุนไพรรบำรุงเลือด	135
ภาวะพร่องเอนไซม์ จี-6-พีดี	141
โรคโลหิตจางอะพลาสติก	155

โรคธาลัสซีเมีย	165
การวินิจฉัยพาหะและโรคธาลัสซีเมีย	182
การรักษาโรคธาลัสซีเมีย	188
การให้ยาขับธาตุเหล็กชนิดฉีดและกิน	198
ตัดม้ามเมื่อม้ามโตมาก	206
อาหารของผู้ป่วยธาลัสซีเมีย	211
การปลูกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือด	217
พิษตะกั่วกับการเกิดโลหิตจาง	231