

Khái niệm chung

Thiếu máu là khi cơ thể quý vị không có đủ các tế bào hồng cầu khỏe mạnh. Điều này làm giảm lưu lượng oxy trong cơ thể. Một trong những triệu chứng phổ biến nhất của bệnh thiếu máu là mệt mỏi. Thiếu máu cũng có thể gây ra khó thở, đau đầu, chóng mặt và tim đập nhanh.

Thiếu máu có thể xảy ra khi cơ thể quý vị:

- **Không tạo đủ hồng cầu** - đây được gọi là **thiếu máu do thiếu sắt**
- **Mất nhiều máu** - chẳng hạn như do kinh nguyệt ra nhiều hoặc chảy từ dạ dày hoặc ruột
- **Cơ thể quý vị phá hủy các tế bào hồng cầu** - điều này là do các bệnh di truyền và tự miễn dịch gây ra. Việc điều trị của quý vị sẽ phụ thuộc vào nguyên nhân gây ra bệnh thiếu máu của quý vị. Điều trị có thể đơn giản, như uống một viên sắt. Tuy nhiên, một số người có thể cần một kế hoạch điều trị chi tiết hơn.

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì vào lúc này?

Bác sĩ có thể làm các xét nghiệm để tìm lý do tại sao quý vị bị thiếu máu. Bác sĩ sẽ trao đổi với quý vị về tiền sử bệnh, thuốc, chế độ ăn uống, các triệu chứng dạ dày và mô hình kinh nguyệt của quý vị nếu quý vị là nữ.

Bác sĩ cũng có thể làm xét nghiệm máu và nước tiểu. Dựa trên các xét nghiệm và thông tin quý vị nói với bác sĩ của mình, họ có thể đề xuất kế hoạch điều trị hoặc giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa.

Bác sĩ gia đình sẽ tiếp tục theo dõi tình trạng của quý vị bằng các xét nghiệm máu thường xuyên. Việc điều trị của quý vị phụ thuộc vào nguyên nhân gây ra bệnh thiếu máu của quý vị. Đó có thể là ngắn hạn (ba đến sáu tháng) hoặc suốt đời. Nếu tình trạng thiếu máu của quý vị không được cải thiện khi điều trị, bác sĩ gia đình có thể giới thiệu quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa về máu (bác sĩ huyết học).

Tôi nên làm gì?

Thực hiện theo kế hoạch điều trị của quý vị. Hãy cho bác sĩ gia đình biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ triệu chứng mới nào hoặc bắt đầu cảm thấy không khỏe.

Thiếu máu và phẫu thuật

Cho bác sĩ gia đình biết nếu quý vị định thực hiện bất kỳ loại phẫu thuật nào, bao gồm cả phẫu thuật nha khoa

Việc tăng lượng sắt trước khi phẫu thuật sẽ làm giảm nguy cơ quý vị cần truyền máu trong hoặc sau khi phẫu thuật

Tôi nên hỏi bác sĩ của mình những gì?

- Tôi nên chú ý đến những triệu chứng nào?
- Tôi có cần dùng thuốc gì không?
- Tôi sẽ bị thiếu máu trong bao lâu?
- Tôi có cần uống thuốc bổ sung sắt không?



Có những dịch vụ hỗ trợ nào?

Dịch Vụ Huyết Học của Khu Vực Y Tế Địa Phương Tây Nam Sydney điều hành các phòng khám tại các Bệnh Viện Bankstown, Bowral, Campbelltown và Liverpool. Bác sĩ gia đình của quý vị có thể giới thiệu quý vị đến phòng khám gần nhất nếu cần.

Bác sĩ gia đình của quý vị có thể giới thiệu quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa tư để được đánh giá và điều trị thêm.

Tôi có thể tìm thêm ở đâu?

- **Kênh Sức Khỏe Tốt Hơn** – bệnh thiếu máu: betterhealth.vic.gov.au
- **healthdirect** – bệnh thiếu máu: healthdirect.org.au