

EN INFORMATIONSTIDNING OM JÄRN

NUMMER 12, 2009



INNEHÅLL

- ◆ EROL INFORMERAR ...
sidan 2
- ◆ JÄRNBRIST I FATTIGLÄNDER
sidan 2, 3 & 4
- ◆ Så här kontaktar du oss...
sidan 4



G
E
J
Ä
R
N
E
T

Erol AB informerar

Du vet väl att du enkelt kan beställa patientinformationer på följande språk:

Svenska • Arabiska • Somaliska • Engelska

på vår hemsida www.erol.se när som helst. Om du föredrar att ringa istället så finns telefonnummer längst ner på sidan.

När du gjort din beställning, skickar vi patientinformationen – kostnadsfritt till dig.

Hemsida: www.erol.se

Ju mer jag tänker på saken, dess tydligare tycks det mig att livet är till helt enkelt för att levas.

Goethe

Det är lättare att förlåta en fiende än en vän.

Fredrich Nietzsche

Ingen segrare tror på tillfälligheter

Fredrich Nietzsche

Det här kan ju en femåring begripa.

Så hit med en femåring då.

Groucho Marx

JÄRNBRIST I FATTIGLÄNDER - OFTA EN FRÅGA OM LATRINBRIST



Staffan Bergström
Professor i Internationell hälsa
Avd för Global hälsa, Karolinska Institutet.

Bristsjukdomar, oavsett arten av sjukdom, är följderna av obalans mellan den dagliga tillförseln av en given faktor och den dagliga förlusten av samma faktor. Ibland fokuserar vi vårt intresse på ting som egentligen inte är centrala eller avgörande för uppkomsten av denna obalans. När det gäller järn är det inte bara det totala dagliga intaget av järn som är av betydelse utan formen av järnet och tillsammans med vilken föda järnintaget sker. Vi vet att

vissa födoämnen binder järnet och gör det mera otillgängligt för absorption i matsmältningskanalen. Vi vet också att andra födoämnen gör järnet mera tillgängligt för absorption. Vi talar om "bio-availability", tillgängligheten av ämnet för vidare inlagring och omsättning i kroppen.

Även i höginkomstländer finns det järnbrister på intagssidan på grund av t ex dålig mathållning, ensidig kost eller bådadera. På "utgiftssidan" är det relativt ovanligt med problem; men de finns. Bland kvinnor med riklig mens är det vanligt med anemi. I sådana fall blir det viktigt att minska blödningsmängden med olika former av hormonell behandling men också att garantera tillförseln av järn för att kompensera förlusterna.

I fattigare länder, de som vi idag kallar låginkomstländer, hellre än "u-länder", och medelinkomstländer, är situationen ofta helt annorlunda. Där är både intagssidan och förlustsidan ofta stora problem, som kräver omfattande insatser på samhällsnivån. Tarmparasitsjukdomar tillhör de viktigaste orsakerna till "järnbristanemi" i många sådana länder. Bland dessa sjukdomar dominerar hakmasksjukdomen.

EROL AB

Hakmaskinfestation är en av världens vanligaste orsaker till anemi. Man har uppskattat att *omkring en miljard människor f n lider av denna sjukdom*, dvs en sjättedel av jordens befolkning. Prevalensen av sjukdomen, dvs förekomsten i proportion av befolkningen ökar karakteristiskt med åldern för att nå maximum i de sena tonåren. Därefter avtar prevalensen medan intensiteten i hakmaskangreppet ökar med åldern.

De två parasiter som dominerar vid denna sjukdom är *Necator americanus* och *Ancylostoma duodenale*. En hakmaskhona kan producera upp till 25 000 ägg per dygn. De följer med avföringen och utvecklas till larver som oskadliggörs om avföringen hamnar i latriner. Om avföringen däremot hamnar på marken kan larverna överleva i faeces under flera veckor. Om någon trampar på den kontaminerade marken med bara fötter kan larverna ta sig igenom huden till fotens blodcirkulation och via den vidare till lungcirkulationen. Där mognar parasiterna och vandrar längs bronkerna till struphuvudet där de sväljs ned och når tarmens slemhinna. Slutstationen är tunntarmen, där slemhinnan angrips med sårbildningar och blödningar som följd.

Man har uppskattat att en enda hakmask kan medföra förlust av 0.1 ml blod per dygn och en relativt mild infestation av 1500 maskar kan alltså innebära en daglig förlust av 150 ml blod. Ett massivt hakmaskangrepp på tarmens slemhinnor kan ge omfattande blodförluster, ibland uppgående per dygn till mängder som motsvarar en större mensblödning varje dag. Efter kort tid resulterar detta i en mycket uttalad anemi. Bilden av de likbleka, medtagna männen eller kvinnorna, ofta med cirkulationspåver-

kan och andningsbesvär, med denna sjukdomsbild är välbekant för alla med erfarenhet av arbete på landsbygden i låginkomstländer.

Barn på de fattiga ländernas landsbygd springer oftare än vuxna med bara fötter och ådrar sig därmed hakmasksjukdomen oftare än vuxna. Under åren mot adolescensen ökar risken för att drabbas, särskilt i områden utan latriner och med låg läskunnighet. Förståelsen av vikten av latriner kanske inte finns och fattigdomen kanske inte tillåter människor att skaffa skor på fötterna, som skulle kunna skydda fotens hudytta mot angreppet från kontaminerad faeces på marken. En vuxen man eller kvinna med ett massivt hakmaskangrepp på tarmens slemhinnor löper därmed risken för svåra tarmblödningar och grav anemi.

På den lilla hälsocentralen kanske man kan göra en enkel faeces-mikroskopi med frågeställningen *Necator americanus* alternativt *Ancylostoma duodenale*. Blir det napp kan en enkel antihelminatisk behandling bota hakmasksjukdomen. Men utan skor på byns invånare och utan latriner i byn kommer samma penetration av de nakna fötternas hudytta snart att ske igen och igen med samma tarminvasion och samma ymniga tarmblödningar. Den onda cirkeln är sluten och de nya tarmblödningarna leder på nytt till järnbristanemi .

Alla dessa patienter har en hypokrom, mikrocytär anemi: klassiska tecken på järnbristanemi. Och de behöver järn för att råda bot mot denna järnbristanemi. Men järnterapi är **inte** det centrala i handläggningen av deras problem. Det handlar om två andra fundamentala problem, dels behandling av akut

- Det står en man här utanför med en stor svart mustasch.

Säg åt honom att jag redan har en.

Groucho Marx

Svenska ordspråk

Sanningen är en sällsynt rätt. Kommer den på bordet kan ingen smälta den.

Förbjuden väg är ofta hårt sliten.

Så länge min tunna rann, så kände mig både kvinna och man, men när min tunna slutat rinna kände mig varken man eller kvinna.

Man blir inte fattig av det man ger åt den fattige.



Man får bara vad man ger, och man ger bara det man redan fått.

Karin Boye

Världen var så stor på den tiden och det som var smått var litet på ett mycket trevligare sätt än nu och passade mig mycket bättre. Om ni förstår vad jag menar.

Ur Muminpappans memoarer av Tove Jansson

SÅ HÄR KONTAKTAR DU OSS:

David Erlich

0411-391 85

0708-54 08 35

david.erlich@erol.se

Christina Sandberg

0709-50 44 30

christina.sandberg@erol.se

Camilla Lööf

0703-66 44 11

camilla.lööf@erol.se

hakmasksjukdom, dels - och framförallt - förebyggande av re-infektion med prevention av spridning av smitta via kontaminerad mark. Antihelminthisk behandling av parasitsjukdomen får ingen effekt på incidensen av hakmasksjukdomen med mindre än att latrinbristen hävs och människor görs medvetna om vikten av att inte kontaminera jorden med smittförande faeces.

Ur kliniskt kemisk synvinkel är dessa människors diagnos "järnbristanemi": hypokrom, mikrocytär anemi med klara tecken på stor daglig förlust av blod via tarmen på grund av tarmlödningar. Den etiologiskt helt avgöranden faktorn är dock bristen på latriner. Det fundamentala för samhällets förebyggande insatser är därför att medvetandegöra människor om betydelsen av latriner och få dem att använda dem.

Vi borde skapa kunskap om en miljard människors hakmasksjukdom - och deras järnbristanemi - genom att tala om **latrinbristanemi**, snarare än att tala om järnbristanemi. Men hittills har ingen skrivit om detta begrepp och man letar förgäves i den vetenskapliga litteraturen om "latrin deficiency anemia". Medan det i MEDLINE finns tiotusentals referenser till "iron deficiency anemia" finns inte en enda referens till "latrin deficiency anemia". Det borde vara elementär folkhälsovetenskap att ge uppmärksamhet åt detta.

Staffan Bergström

Professor i Internationell hälsa

Avd för Global hälsa, Karolinska Institutet.



Omkring en miljard människor uppskattas ha hakmasksjukdomen, en av de viktigaste orsakerna till järnbristanemi. Enkla latriner och kunskap om dem skulle kunna utrota denna anemi-sjukdom, som borde kallas "latrinbristanemi" snarare än järnbristanemi.

EROL AB