

Ανεπάρκεια σιδήρου: Οι επιπτώσεις της στην ακοή

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#) / [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Η έλλειψη σιδήρου αποτελεί σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, την υπ' αριθμόν ένα διατροφική ανεπάρκεια παγκοσμίως, ιδίως στις αναπτυσσόμενες χώρες.

Η κύρια αιτία του προβλήματος είναι κατά κανόνα η ανεπαρκής ποσότητα του ιχνοστοιχείου αυτού στο καθημερινό μας διαιτολόγιο.

Οι επιπτώσεις της ανεπαρκούς πρόσληψης σιδήρου είναι ευρείες. Ο σίδηρος είναι απαραίτητος για τη σωστή λειτουργία της αιμοσφαιρίνης (της κόκκινης χρωστικής ουσίας του αίματος), η οποία μεταφέρει οξυγόνο σε όλα τα κύτταρα του σώματος.

Ένα από τα πρώτα σημάδια της έλλειψης σιδήρου είναι η εξάντληση και η κόπωση. Οι γυναίκες και τα νεαρά κορίτσια που τρώνε μικρές μόνο ποσότητες κρέατος, πουλερικών και ψαριών ή που επιλέγουν τη χορτοφαγία διατρέχουν, μεγαλύτερο κίνδυνο να εξαντλήσουν τα αποθέματα σιδήρου του σώματός τους και να εμφανίσουν συμπτώματα έλλειψης σιδήρου.

Σύμφωνα με νεώτερα επιστημονικά ευρήματα, η ανεπάρκεια σιδήρου ίσως σχετίζεται με την απώλεια ακοής.

Επιστημονική ομάδα του Κολεγίου Ιατρικής του Πολιτειακού Πανεπιστημίου της Πενσυλβάνια, με επικεφαλής την Δρ Καθλιν Σιεφερ, μελέτησε τη σχέση νευροαισθητηριακής απώλειας ακοής και αγωγίμης απώλειας ακοής και αναιμίας λόγω ανεπάρκειας σιδήρου σε άτομα 21-90 ετών στις ΗΠΑ.

Οι ειδικοί μελέτησαν στοιχεία από ιατρικά αρχεία της Πολιτείας της Πενσυλβάνια και ως αναιμία λόγω ανεπάρκειας σιδήρου ορίστηκαν τα χαμηλά επίπεδα αιμοσφαιρίνης και φερριτίνης αναλογικά με την ηλικία και το φύλο σε 305.339 άτομα, 21-90 ετών. Να σημειωθεί ότι το 43% του δείγματος ήταν άνδρες, κατά μέσο όρο 50 ετών.

Από την επεξεργασία των δεδομένων διαπιστώθηκε στο δείγμα 1,6% συχνότητα συνδυαστικής απώλειας ακοής και 0,7% συχνότητα αναιμίας λόγω έλλειψης σιδήρου. Η νευροαισθητηριακή απώλεια ακοής (όταν δηλαδή η βλάβη είναι στον κοχλία ή στις νευρικές οδούς από το έσω ους προς τον εγκέφαλο), που ήταν παρούσα στο 1,1% των ατόμων με αναιμία, μαζί με την συνδυαστική απώλεια ακοής (συνδυασμός απώλειας ακοής λόγω προβλημάτων στα οστά του έσω ους, κώφωσης, νευροαισθητηριακής απώλειας και ακαθόριστης απώλειας ακοής), που αφορούσε στο 3,4% του δείγματος, συσχετίστηκαν άμεσα με την αναιμία λόγω ανεπάρκειας σιδήρου.

«Υπάρχει τελικά σχέση μεταξύ αναιμίας και απώλειας ακοής. Επόμενος στόχος μας είναι η καλύτερη κατανόηση της και αν η έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία της αναιμίας μπορεί να έχει συνολικά θετική επίδραση στα άτομα με απώλεια ακοής» αναφέρουν οι συγγραφείς της μελέτης.

Τα αποτελέσματα της έρευνας δημοσιεύτηκαν στο επιστημονικό έντυπο JAMA Otolaryngology-Head & Neck Surgery.

Πηγή: onmed.gr