



Mein Eisen

Herz, Niere, Darm - welchen Einfluss hat Eisenmangel auf chronische Erkrankungen?





Bei **chronischer Herzinsuffizienz** kann ein Eisenmangel beispielsweise dazu führen, dass Sie bei Anstrengung noch schneller „aus der Puste kommen“. Auch andere Symptome, die durch Ihre Herzkrankheit ausgelöst werden, können durch einen Eisenmangel verstärkt werden. Zudem kann Eisenmangel bei Menschen mit chronischer Herzinsuffizienz das Risiko erhöhen, ins Krankenhaus zu müssen.



Kommt zur **chronischen Niereninsuffizienz** ein Eisenmangel hinzu, kann dies zur Entstehung einer Blutarmut (Eisenmangelanämie) führen. So kann sich die Lebensqualität verschlechtern - unter anderem das Gefühl, keine Energie zu haben, belastet viele Patienten. Zudem kann es zu einer Zunahme der Krankheitslast kommen.



Auch bei **chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen** kann Eisenmangel negative Auswirkungen haben. Besteht der Eisenmangel länger, kann sich beispielsweise eine Blutarmut (auch Anämie genannt) entwickeln. Die Symptome des Eisenmangels (wie z. B. Müdigkeit, Konzentrationsstörungen oder Kopfschmerzen) sind eine zusätzliche Belastung und können die Lebensqualität reduzieren.

Mein

CHRONISCHE ERKRANKUNGEN UND EISENMANGEL - WENN EINS ZUM ANDERN KOMMT ...

Chronisch-entzündliche Darmerkrankung, Herzinsuffizienz oder chronische Niereninsuffizienz - als ob eins allein nicht schon genug wäre! Leider ist die Kombination aus chronischer Erkrankung und Eisenmangel recht häufig.

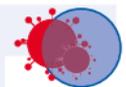
Die gute Nachricht: Mit frühzeitiger Diagnose und Behandlung kann man den Eisenmangel gut in den Griff bekommen. Woran kann es liegen, dass chronische Krankheiten und Eisenmangel oft miteinander verbunden sind?

WIE ES ZUM EISENMANGEL KOMMEN KANN:

- Weniger Eisenaufnahme mit der Nahrung durch reduzierten Appetit
- Entzündungsprozesse im Körper erschweren die Aufnahme von Eisen
- Verlust von Blut (und damit Eisen), beispielsweise durch blutigen Stuhlgang bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen oder Dialyse bei chronischer Niereninsuffizienz
- Einnahme von Medikamenten, die die Eisenaufnahme behindern
- Häufige Blutentnahmen



EISENMANGEL UND CHRONISCHE ERKRANKUNGEN - WIE KANN MAN IHN BEMERKEN?



Ebenso vielfältig wie die möglichen Ursachen können auch die Symptome sein. Hier nur eine kleine Auswahl:

- Erschöpfung, dauerhafte Müdigkeit
- Kopfschmerzen
- Konzentrations- oder Gedächtnisstörungen
- Gereiztheit, Stimmungsschwankungen bis hin zu Depressionen
- Brüchige Haare und Nägel
- Blasse, trockene Haut
- Neigung zu Infekten
- Schnelles Frieren
- Besondere Gelüste, z. B. auf Eis, Tomaten, Sellerie, rotes Fleisch oder auch Erde

Eisen

BEI EISENMANGEL: DRANBLEIBEN

Einen Eisenmangel sollte man also nicht auf die leichte Schulter nehmen. Also was tun?

AUFMERKSAM SEIN!

Wenn Sie Symptome bemerken, die zu einem Eisenmangel passen könnten, sprechen Sie direkt Ihren Arzt an! Manchmal ist es nicht ganz einfach, Eisenmangel-Symptome und Symptome, die durch Ihre chronische Krankheit ausgelöst werden, zu unterscheiden. Deshalb: lieber einmal zu viel zum Arzt als zu wenig.

NACHSEHEN!

Wenn Ihr Arzt Ihren Verdacht auf einen Eisenmangel bestätigt, wird er eine Blutuntersuchung durchführen. Da bei chronischen Krankheiten oft eine Entzündung vorliegt, ist es wichtig, Entzündungswerte und die sogenannte Transferrinsättigung mit zu bestimmen. Mehr Informationen dazu finden Sie in unserer Broschüre zum Thema „Diagnostik“.

BEHANDELN!

Wenn die Untersuchung einen Eisenmangel bestätigt, wird Ihr Arzt eine geeignete Therapie einleiten. Die Behandlung eines Eisenmangels gehört in die Hände eines Arztes.

DIE GUTE NACHRICHT DABEI:

Untersuchungen haben gezeigt, dass ein Eisenmangel auch bei chronischen Krankheiten oft behandelt werden kann.





„Ich hätte nicht gedacht, dass die Eisenversorgung auch meine (chronische) Erkrankung beeinflussen kann. Als mein Arzt mir die Zusammenhänge erklärte, war ich doch sehr überrascht.“

**BLEIBEN SIE STARK -
DENN ES IST IHR EISEN.**



Mehr Informationen rund um das Thema Eisenmangel finden Sie hier:

www.eisen-netzwerk.de

Die Beurteilung von Laborwerten erfolgt durch den Arzt. Die Darstellung dient nur dem eigenen Verständnis und ersetzt keine ärztliche Beratung oder Diagnose. Bei Verdacht auf einen Eisenmangel muss ein Arzt aufgesucht werden.