

“たちくらみがする” “ふらふらする”  
“疲れやすい” “息切れしやすい”

こんな症状がある方は **鉄欠乏性貧血** かもしれません

鉄欠乏性貧血とは、鉄の不足により、ヘモグロビン（体中に酸素を運んでくれる“酸素の乗り物”のようなものです）が足りなくなっておこります

女性に多く、妊娠中、授乳中、月経の量の多い方、お肉をあまり食べない方、運動量の多い方におこりやすいです

治療は鉄の補充です

貧血かどうかは簡単な検査でその日のうちにわかります  
“貧血かも”という方はお気軽に内科へご相談ください



上山ファミリークリニック 内科

