

قطره های آهن لیپوزومال و مزیت های آن :



گلبول های قرمز حاوی هموگلوبین هستند، پروتئینی که اکسیژن را به تمام سلول های بدن می رساند. بدن ما برای ساختن هموگلوبین به آهن نیاز دارد.

علائم کمبود آهن چیست؟

نوزادان و کودکان برای رشد طبیعی مغزشان به آهن نیاز دارند. نوزادانی که آهن کافی دریافت نمی کنند ممکن است این علائم را نشان دهند: افزایش وزن آهسته، پوست رنگ پریده، کاهش اشتها، تحریک پذیری (بی قراری، بداخلاقی)، میل غیرمعمول به مواد غیر مغذی مانند یخ، خاک و... سطوح پایین آهن می تواند تمرکز کودکان را سخت کند و باعث احساس خستگی و ضعف آنها شود.

نوزادان و کودکان چه مقدار آهن نیاز دارند؟

برای شیرخواران با وزن طبیعی از حدود ۶ ماهگی باید مصرف قطره آهن شروع شود؛ اما در نوزادان نارس باید این کار از زمانی که وزن کودک به دو برابر وزن هنگام تولدش رسید انجام شود. مانند بسیاری از مکمل های غذایی، ممکن است قطره آهن برای کودکان عوارض جانبی به همراه داشته باشد. البته در اغلب موارد این عوارض جدی نیستند و به کمک توصیه های پزشک یا داروساز برطرف می شوند. عوارض ناشی از مصرف قطره آهن برای کودکان عبارتند از:

* یبوست

* سیاه یا قهوه ای شدن دندان ها (قطره آهن باعث پوسیدگی دندان های کودک نمی شود و فقط ممکن است رنگ آن را تغییر دهد)

* استفراغ و اسهال

برای جلوگیری از عوارض گوارشی ناشی از مصرف قطره آهن بهتر است در هنگام صبح و با شکم خالی به شیرخوار داده نشود و این کار را به شب و موقع خواب موکول کنند. همچنین بلافاصله بعد از دادن قطره آهن، به کودک شیر ندهند؛ زیرا شیر به دلیل داشتن کلسیم در جذب آهن خلل ایجاد می کند .

علت سیاه شدن دندان با قطره های آهن معمولی چیست ؟

در دهان یک سری باکتری وجود دارد که هیدروژن سولفید تولید میکند آهن با هیدروژن سولفید واکنش داده و روی دندان یک سری پلاک باکتریایی تیره رنگ ایجاد می کند . یکی از راه کار های کمی این است که قطره ی آهن را در قسمت داخلی و پشت دهان کودک بریزیم .راه حل دیگر استفاده از فرم لیپوزومال قطره های آهن است.

مکمل های آهن نسل جدید:

قطره های آهن قدیمی تر از نوع ملح فروس سولفات می باشد. آهن لیپوزومال، آهن فریک پیروفسفات پوشیده شده در یک غشای فسفولیپیدی، نسل جدیدی است که زیست دسترسی، جذب بالا و عوارض گوارشی کمتری دارد. لیپوزومها یک ساختار کروی دو لایه ای فسفولیپیدی مشابه غشای سلولی انسانها هستند که با محصور کردن داروها درونشان (انکپسولاسیون)، آنها را به نقاط مختلف بدن انتقال می دهند. سیستم انتقال داروها به کمک لیپوزومها نقش مهمی در بهبود اثرات درمانی دارد. لیپوزومها سمیت دارو را کاهش و ایمنی و اثربخشی آن را افزایش می دهد. به صورت کلی مکمل یاری با آهن باعث حالت تهوع، استفراغ، ناراحتی های اپی گاستریک، احساس سنگینی و عدم تحمل گوارشی می شود. در حالیکه مکمل یاری با آهن لیپوزومال نسبت به سایر اشکال آهن قابل تحمل تر است و عوارض گوارشی کمی دارد یا اصلا بدون عارضه است. بعلاوه طعم فلزی مکمل های آهن بسیاری از افراد را آزار می دهد. خوشبختانه آهن لیپوزومال فاقد این طعم فلزی است و بهتر تحمل می شود. ایمنی آهن لیپوزومال نیز توسط سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) تایید شده است.

به طور خلاصه قطره های آهن نسل جدید که به شکل لیپوزومال تهیه می شوند دو ویژگی برجسته دارند:

۱- جذب بهتر و فراهمی زیستی بالاتر

۲- عوارض گوارشی کمتر، عدم سیاه شدن دندان ها، عدم ایجاد طعم بد در دهان

منابع :

<https://medexpress.ir>

<https://caringforkids.cps.ca>

گردآوری: خانم دکتر فاطمه سوقندی

کارشناس اداره نظارت بر دارو و فرآورده های بیولوژیک

<https://vcfda.num.ac.ir/>

روابط عمومی معاونت غذا و دارو نیشابور