

คนไข้ธาตุซีเมียควรทาน...เลือดจระเข้หรือไม่

ทิพย์เกษม เมฆจรรยา รศ.ดร.นพ. วิพร วิประภิต

ผู้ป่วยโรคโลหิตจางธาตุซีเมียหลายคนคงจะได้ยินข่าวหรือแม้แต่กำลังทดลองผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่สกัดจากเลือดจระเข้โดยเชื่อว่าจะสามารถรักษาอาการซีดของตนได้ มีผู้ป่วยธาตุซีเมียบางรายที่มีความสงสัยว่า “เลือดจระเข้จะสามารถรักษาโรคโลหิตจางธาตุซีเมียได้จริงหรือไม่” และอยากได้คำตอบ เรามาลองทำความรู้จักกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเลือดจระเข้และโรคโลหิตจางธาตุซีเมีย กันก่อนดีกว่า

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเลือดจระเข้ทำมาจากเลือดจระเข้ที่ผ่านการฆ่าเชื้อโรคโดยกรรมวิธี pasteurization และขั้นตอนการทำระเหิดแห้ง ซึ่งทำให้โปรตีนในเลือดจระเข้ยังคงรักษาคุณภาพไว้ได้ จากผลการทดลองในหนูทดลองที่เป็นโรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก พบว่า ภายหลังจากการบริโภคเลือดจระเข้แล้วทำให้มีค่าฮีโมโกลบินสูงขึ้น เนื่องจากในเลือดจระเข้ 100 กรัม มีธาตุเหล็กเป็นส่วนประกอบถึง 164 มิลลิกรัม ดังนั้นผลิตภัณฑ์ดังกล่าวจึงน่าจะมีประโยชน์ใน **ผู้ป่วยที่เป็นโรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กเป็นหลัก**

ในขณะที่โรคโลหิตจางธาตุซีเมีย เป็นโรคโลหิตจางที่เกิดจากกรรมพันธุ์ ทำให้ร่างกายผลิตเม็ดเลือดแดงที่ผิดปกติออกมา ดังนั้นจึงทำให้เม็ดเลือดแดงแตกตัวเร็วกว่าเม็ดเลือดแดงปกติ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ผู้ป่วยโรคโลหิตจางธาตุซีเมียต้องรับเลือดจากร่างกายนอกเข้าสู่ร่างกายเพื่อทดแทนการสร้างเม็ดเลือดแดงของตนเอง การรับเลือดเข้าสู่ร่างกายนั้นมีข้อดีหลายประการ ได้แก่ ทำให้ผู้ป่วยธาตุซีเมียมีสุขภาพที่ดีขึ้น มีการเจริญเติบโตเหมือนเด็กปกติ เนื่องจากการรับเลือดจะลดภาวะซีด เหลือง อ่อนเพลีย และจะทำให้ปัญหาตับ ม้าม โต ที่พบในโรคธาตุซีเมียลดลงด้วย แต่การรับเลือดก็มีข้อเสียเช่นกัน กล่าวคือ ผู้ป่วยจะมีสถานะเหล็กเกิน เนื่องจากเหล็กเป็นองค์ประกอบสำคัญในเม็ดเลือดแดงที่ร่างกายรับเข้าไป โดยเลือดแต่ละถุงนั้นจะมีธาตุเหล็กเป็นส่วนประกอบประมาณ 200 - 250 มิลลิกรัม ซึ่งมากเกินไปจนความจำเป็นที่ร่างกายต้องใช้ในแต่ละวัน ทำให้ธาตุเหล็กส่วนเกินถูกนำไปสะสมไว้ที่อวัยวะต่างๆในร่างกาย เช่น ตับ หัวใจ ต่อมน้ำไขขาว และทำให้อวัยวะเหล่านั้นทำงานผิดปกติหรืออาจถึงขั้นอวัยวะล้มเหลวได้ ผู้ป่วยธาตุซีเมียจึงต้องรักษาภาวะเหล็กเกินโดยใช้ยาขับเหล็ก เมื่อปริมาณธาตุเหล็กสูงถึงระดับที่จะเป็นอันตรายต่อร่างกาย

นอกจากนี้แล้วผู้ป่วยธาตุซีเมียควรดูแลเรื่องการบริโภคโดยรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กแต่น้อย โดยจะต้องไม่เพิ่มธาตุเหล็กเข้าสู่ร่างกายอีก อาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยธาตุซีเมียคือ อาหารที่มีโปรตีนและโฟเลตสูง และอาหารที่ช่วยยับยั้งการดูดซึมธาตุเหล็กจากอาหารในลำไส้ เช่น น้ำชา น้ำเต้าหู้ ส่วนอาหารที่ผู้ป่วยธาตุซีเมียควรหลีกเลี่ยง คือ อาหารที่มีธาตุเหล็กสูง



เช่น เครื่องในสัตว์ เลือดสัตว์ และอาหารที่มีวิตามินซีสูงเนื่องจากวิตามินซีช่วยในการดูดซึมธาตุเหล็กผ่านระบบทางเดินอาหาร จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าธาตุเหล็กเป็นองค์ประกอบสำคัญของผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจากเลือดจระเข้ แต่**ผู้ป่วยธาตุซีเมียไม่ได้มีภาวะซีด** เนื่องจากขาดธาตุเหล็ก และธาตุเหล็กส่วนเกินที่สะสมในร่างกายจะก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ป่วยมาก ดังนั้นการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเลือดจระเข้ 1-2 แคปซูลต่อวัน ในขนาดแคปซูลละ 310 มิลลิกรัม จะคิดเป็นปริมาณธาตุเหล็กที่ร่างกายได้รับถึงวันละ 1.5 มิลลิกรัม ซึ่งเป็นปริมาณธาตุเหล็กที่ค่อนข้างสูงเมื่อเทียบกับความสามารถในการขับเหล็กที่เกินความจำเป็นออกจากร่างกาย อาจส่งผลเสียต่อผู้ป่วยในระยะยาวได้ ดังนั้นการรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร **ดังกล่าวจึงไม่น่าจะมีประโยชน์กับผู้ป่วยโรคโลหิต**



เอกสารอ้างอิง

1. ดิน เขยชมศรี และ จินดาวรรณ สิริวันวิเนติ. การพัฒนาการเลือดจระเข้แห้งเป็นผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2553. จากเว็บไซต์ : <http://www.wanithai.com/show.php?id=23>
2. ห้างหุ้นส่วนจำกัด วามิไทย. (2552). คำขออนุญาตใช้ผลจากอาหาร. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2553. จากเว็บไซต์: <http://www.wanithai.com/show.php?id=33>
3. วนิดา ลีกำเนิดไทย. (2552). กินอย่างไรจึงปลอดภัยจากเหล็กเกิน : คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยโรคโลหิตจางธาตุซีเมีย. หจก.มีเดียแมท. กรุงเทพฯ
4. รศ.ดร.นพ.วิพร วิประภิต. (2552). ความก้าวหน้าในการรักษาภาวะเหล็กเกินในปัจจุบัน. หจก.มีเดียแมท.