

I'm not a bot



Que significa rbc en un examen de sangre

Los glóbulos rojos nucleares (NRBC) son glóbulos rojos inmaduros. Su presencia en el torrente sanguíneo puede indicar problemas graves con la producción de glóbulos rojos o la médula ósea. Signa leyendo para obtener más información sobre la presencia de NRBC en su sangre y qué puede hacer al respecto.
¿Qué son los glóbulos rojos nucleados?
A medida que los glóbulos rojos maduran, pierden su núcleo, parte de la célula donde se almacena el ADN. Esto les permite transportar más hemoglobina (y por lo tanto más oxígeno) y tener una forma muy flexible. RBC nucleares (NRBC, normoblastos) son glóbulos rojos inmaduros (RBC) que todavía tienen un núcleo. A diferencia de los maduros, los glóbulos rojos nucleares no pueden «empujar» a través de los ojos de buey en la médula ósea y entrar en la circulación [1, 2, 3]. En adultos y niños sanos, los NRBC generalmente se encuentran solo en la médula ósea cuando se desarrollan y maduran. Su presencia en la sangre indica una alteración de la barrera de la médula ósea o un aumento de la producción de glóbulos rojos fuera de la médula ósea. [1, 2, 3]. Sin embargo, los NRBC son comunes en la sangre de los fetos y los recién nacidos, especialmente si tienen retraso en el crecimiento o falta de oxígeno. [1, 2, 3].
Análisis de sangre
NRBC
Las pruebas de NRBC a menudo se solicitan como seguimiento de los resultados anormales de una prueba de sangre completa (CBC) para detectar anomalías en los células sanguíneas. También puede ser útil cuando una persona presenta signos y síntomas de una afección que afecta la producción o la vida útil de las células sanguíneas. Cuando se utilizan contadores automáticos para el análisis de CBC, los NRBC a veces se pueden clasificar erróneamente como glóbulos blancos. Esto puede tener consecuencias negativas en el tratamiento y el resultado del paciente. En esos casos, los NRBC en la membrana sanguínea deben contarse manualmente. [4, 5, 6].
Niveles normales de NRBC
Los glóbulos rojos nucleares se cuantifican contando el número de glóbulos rojos por 100 glóbulos blancos. Se informará un recuento de incluso 1 NRBC / 100 WBC, ya que solo unos pocos NRBC podrían tener implicaciones peligrosas [5]. El resultado normal es 0 NRBC / 100 WBC. Niveles de glóbulos rojos nucleares en la sangre se denomina normoblastemia, una afección compleja con muchas causas posibles. [5].
Razones
Las causas que se analizan a continuación suelen estar asociadas con niveles elevados de NRBC, pero un alto rendimiento de laboratorio aquí no es suficiente para diagnosticar ninguna de estas afecciones. Trabaje con su médico u otro profesional de la salud para determinar un diagnóstico preciso y estrategias adecuadas para mejorar su salud.
1. Oxígeno bajo
Las condiciones que reducen el suministro de oxígeno a los tejidos (hipoxia) aumentan la producción de glóbulos rojos, lo que lleva a la formación de glóbulos rojos nucleares en la sangre. Estos incluyen [5, 1, 7]:
Hemorragia (pérdida de sangre)
Anemia (anemia hemolítica, anemia por deficiencia de hierro, anemia megaloblástica)
Talasemia mayor
Enfermedad pulmonar grave
Insuficiencia cardíaca alterada
2. Disfunción del bazo
El bazo normalmente elimina los glóbulos rojos nucleares que escapan de la médula ósea. Las condiciones que afectan la función del bazo pueden provocar glóbulos rojos nucleares en la sangre. Estos incluyen [5, 1]:
Anemia de células metálicas
Trombocitosis esencial (un trastorno poco común con sobreproducción de plaquetas)
Anemia hemolítica
Malaria
Esplenotomía (extirpación quirúrgica del bazo)
3. Daño de la médula ósea
Las condiciones que dañan la médula ósea pueden romper la barrera de la médula ósea y liberar NRBC hacia la circulación. Estas condiciones incluyen [5, 8]:
Cánceres de sangre (p. Ej., Leucemia, leucemia, linfoma, mieloma múltiple, mielofibrosis y mielodisplasia)
Neuroblastoma (cáncer de células nerviosas inmaduras)
Sarampión (acumulación de grasas en ciertos órganos, especialmente el bazo y el hígado)
Tuberculosis
Enfermedad vascular del colágeno (p. Ej., Lupus)
Infecciones por hongos
Sarcoidosis (inflamación de los pulmones, la piel, los ojos y los ganglios linfáticos)
4. Producción de glóbulos rojos con hematopoyesis extramedular
Si se produce daño en la médula ósea o anemia grave, es posible que se produzcan glóbulos rojos en otros órganos, como el hígado o el bazo, que pueden liberar NRBC a la circulación. Estas condiciones incluyen [5, 9]:
Mieloptosis (anemia grave debida a insuficiencia de la médula ósea)
Metaplasia mieloida (cicatrización progresiva de la médula ósea)
Anemia hemolítica crónica
Policitemia vera (producción excesiva de glóbulos rojos)
Leucemia
5. Otro
Otras causas de NRBC en la sangre incluyen normoblastemia (5, 1, 10):
No está claro por qué ocurre normoblastemia en algunos de estos, pero romper la barrera de la médula ósea puede desempeñar un papel clave [5].
Consecuencias
La presencia de glóbulos rojos nucleares en la sangre se asocia con un mal pronóstico de la enfermedad. En dos estudios de más de 600 pacientes de cuidados intensivos, los NRBC en la sangre se asociaron con un aumento de la mortalidad. [3, 11].
Maneras de reducir los glóbulos rojos nucleados
La principal forma de reducir los glóbulos rojos nucleares es abordar cualquier condición subyacente. Trabaje con su médico para obtener un diagnóstico preciso y determinar los próximos pasos adecuados para mejorar su salud.
Recomendamos encarecidamente no realizar cambios significativos en el estado físico, la dieta o los suplementos sin consultar a un médico, ya que pueden surgir interacciones inesperadas. Si tiene anemia:
Ejercicio: la actividad física moderada le indica a su cuerpo que aumente la producción de glóbulos rojos para aumentar el suministro de oxígeno a sus músculos [12]. Evite las formas de ejercicio más intensas y extenuantes, ya que pueden destruir y destruir los glóbulos rojos. Esta es una de las razones por las que los atletas de resistencia suelen tener anemia. [13].
Asegúrese de no tener deficiencia nutricional. Debe tener todos los nutrientes que su cuerpo necesita para producir glóbulos rojos (hierro, vitamina B12, ácido fólico, cobre y vitamina B6).
Reducir o detener su consumo de alcohol. Reduce la producción de glóbulos rojos. [14].
Evite los AINE como el ibuprofeno: pueden causar lesiones intestinales y aumentar la pérdida de sangre. [15].
Tenga cuidado con los antiácidos y otros medicamentos que previenen el ácido del estómago. Estos reducen los niveles de hierro, lo que resulta en niveles bajos de glóbulos rojos. [16].
Evite los productos que contienen plomo, como las pinturas con plomo; ayudará a prevenir el daño de los glóbulos rojos [17].
Aumente los niveles de testosterona durmiendo bien, perdiendo peso si tiene sobrepeso y haciendo ejercicio con regularidad. [18, 19, 20, 21].
Según varios estudios, estos suplementos pueden ayudar con la anemia:
Tenga en cuenta que los suplementos anteriores no han sido aprobados por la FDA. Los datos que respaldan su uso aún se consideran insuficientes, así que hable con su médico sobre ellos para tomar las mejores decisiones posibles para respaldar su salud.
Un alto recuento de glóbulos rojos puede indicar que tiene una afección que le impide obtener suficiente oxígeno.
Un alto recuento para hombres es algo más de 6.1 millones de células por microlitro (MCL).Para las mujeres, es algo por encima de 5.4 millones de células/MCL.y para los niños, es un recuento superior a 5,5 millones de células/MCL.Los recuentos bajos de glóbulos rojos son aquellos por debajo de 4.7 para hombres, 4.2 para mujeres y 4.1 para niños. Este artículo explica por qué se realiza una prueba de RBC y qué significa si sus glóbulos rojos están por encima o por debajo del rango normal.¿Es un rango RBC normal?
Los glóbulos rojos (RBC) transportan oxígeno a las células del cuerpo.Un recuento de glóbulos rojos es el número de glóbulos rojos por un volumen particular de sangre.Se puede informar en millones de células por microlitro (MCL) de sangre o en billones de células por litro (L) de sangre. El normal o referencia El rango a veces puede variar dependiendo de quién se está probando la sangre.Si vive en una ciudad a gran altitud como Denver, su recuento de sangr será mucho más alto que las personas que viven en áreas de baja altitud como la costa del Golfo. Esto se debe a que cuando está a mayor altitud, su cuerpo crea másLos glóbulos rojos de sangre para que se puedan transportar más oxígeno a sus tejidos.Por esta razón, los rangos no pueden considerarse valores duros y rápidos, sino solo puntos de referencia.6.1 millones/MCL Niños: 4.1 a 5.5 millones/MCL
Cualquier cosa por encima de estos niveles de glóbulos rojos puede ser preocupante.La condición médica podría ser la causa.Su proveedor de atención médica también considerará otros valores de su análisis de sangre, así como otras pruebas de diagnóstico. Las altas causas de RBC
Un alto recuento de glóbulos rojos nos dice que ha habido un aumento en las células con oxígeno en la sangre.En algunos casos, esto puede revelar que el cuerpo está tratando de compensar alguna condición que evite que el cuerpo reciba suficiente oxígeno.En otros, la causa puede estar relacionada con enfermedades o medicamentos que aumentan la producción de RBC.fibrosis, a menudo debido al tabaquismo
politemia vera, una enfermedad de la médula ósea uso indebido de fármacos que aumentan el rendimiento que estimulan la producción de RBC, como los esteroides anabólicos o la eritropoyetina
Carcinoma de células renales, un tipo de cáncer de riñón
dehidratación
Causas bajas de glóbulos rojos
Un recuento bajo de glóbulos rojos muestra que hay una disminución en las células que transportan oxígeno en la sangre.Esto se llama anemia.
Un recuento bajo de glóbulos rojos puede indicar un problema grave, pero no siempre.Varias infecciones, deficiencias nutricionales y afecciones médicas pueden causar anemia.
Algunas de estas incluyen:
Insuficiencia renal
Problemas de tiroides
Hemorragia, ya sea interna o externa
Leucemia, un tipo de cáncer de glóbulos blancos
Efectos secundarios del medicamento, incluida la quimioterapia
el mieloma múltiple, un tipo de cáncer que afecta las células plasmáticas
Deficiencia de eritropoyetina, una hormona renal que promueve el crecimiento de RBC
deficiencias en hierro, folato, vitamina B12 o vitamina B6
Hemólisis, la descomposición anormal de los glóbulos rojos
Embarazo
Conteo sanguíneo completo
Por lo general, el médico debe analizar más que un recuento de glóbulos rojos para diagnosticar una afección médica.Se realiza con mayor frecuencia como parte de una prueba más completa llamada un conteo completo de glóbulos de sangre (CBC). Esta prueba mide varios componentes diferentes de una muestra de sangre, que incluye:
Célelos sanguíneos rojos
Hemoglobina (Hb),la proteína en los glóbulos rojos que transporta moléculas de oxígeno y dióxido de carbono
glóbulos blancos (WBC), que forman parte del sistema inmune
plaquetas (PLT), las células responsables de la coagulación de la sangre
hematocrito (HCT), la relación de los RBC a los RBCS hastaEl volumen total de sangre
En base a la composición de la sangre, los médicos pueden tener una mejor idea de qué buscar al tratar de diagnosticar una afección médica.o medicamentos que afectan a sus glóbulos rojos.Esto es especialmente cierto para el cáncer y la quimioterapia.Ambos pueden afectar negativamente los recuentos sanguíneos.Estos tratamientos variarán ampliamente dependiendo de la causa. Pero si la causa es una deficiencia nutricional, uso de medicamentos o una condición crónica, puede haber cosas que puede hacer no solo para mejorar su recuento de sangre sino también su salud general.
Tratamiento de conteo de glóbulos rojos de alto RBC
Si tiene un alto recuento de glóbulos rojos:
Ejercicio para mejorar la función de su corazón y pulmón.
Coma menos carne roja y alimentos ricos en hierro.
Evite los suplementos de hierro.
Manténgase bienhidratado.
Evite los diuréticos, incluidos el café y las bebidas con cafeína, que pueden deshidratarlo.
Deje de fumar, especialmente si tiene EPOC o fibrosis pulmonar.
Tratamiento de recuento de glóbulos rojos bajos
Es posible que pueda aumentar un recuento bajo de glóbulos rojos:
Mantener una dieta saludable y equilibrada.
Tomar un suplemento diario de vitamina y hierro, si es necesario.y función pulmonar.
dejar de fumar.
Evitar la aspirina, lo que afecta la coagulación y puede causar leudo Blood pérdida.
Tomando sus medicamentos tiroideos según lo prescrito si tiene problemas de tiroides.
Resumen
Se usa un recuento de glóbulos rojos para medir el número de glóbulos rojos que portan oxígeno en su cuerpo.Cuando tiene un recuento sanguíneo alto o un recuento de sangre bajo, es una señal de que puede estar enfermo.afectarlo.Si tiene un recuento anormal de RBC, su médico tratará la afección médica que causará el problema.
Los índices de glóbulos rojos son análisis de sangre que brindan información sobre el contenido de hemoglobina y el tamaño de los glóbulos rojos. Los valores anormales indican la presencia de anemia y de qué tipo de anemia se trata.¿Cuáles son los diferentes índices RBC?
Tamaño promedio de glóbulos rojos (MCV)
Cantidad de hemoglobina por glóbulo rojo (MCH)
La cantidad de hemoglobina en relación con el tamaño de la célula (concentración de hemoglobina) por glóbulo rojo (MCHC)¿Para qué se utilizan los índices RBC?
Los índices de glóbulos rojos miden el tamaño, la forma y las características físicas de los glóbulos rojos. Su médico puede usar los índices de glóbulos rojos para ayudar a diagnosticar la causa de la anemia. La anemia es un trastorno común de la sangre en el que tiene muy pocos glóbulos rojos, deformes o poco funcionales.¿Qué son los índices RBC y su fórmula?
RBC es por millón de células.
• MCV = Hct x 10/RBC (84-96 fl)
•Hb corpuscular media (MCH) = Hb x 10/RBC (26-36 pg)
•Concentración de Hb corpuscular media (MCHC) = Hb x 10/Hct (32-36%)
Un método rápido para determinar si los índices celulares son normocíticos y normocrómicos es multiplicar los RBC y la Hb por 3.¿Qué significa un MCV alto?
Si alguien tiene un nivel alto de MCV, sus glóbulos rojos son más grandes de lo normal y tiene anemia macrocítica. La macrocitosis ocurre en personas con un nivel de MCV superior a 100 fl. La anemia megaloblástica es un tipo de anemia macrocítica.¿Qué es un nivel de MCV peligrosamente alto?
Un puntaje MCV promedio está entre 80 y 95. Si el MCV sube a un extremo de 125, puede indicar vitamina B12, deficiencias de folato o enfermedad de aglutinina fría. Un valor de MCV más alto indica que los glóbulos rojos son más grandes que el tamaño promedio.¿Qué significa un MCV de 103?
Estos índices miden el tamaño y el contenido de los glóbulos rojos. El propósito de la medición es obtener más información sobre la respuesta del cuerpo a la anemia. MCV elevado (>103) es una célula macrocítica. La MCV normal es una célula normocítica. MCV disminuido (Los índices de glóbulos rojos (índices de glóbulos rojos) se utilizan para verificar el tamaño de los glóbulos rojos y la cantidad de hemoglobina en la sangre. Los índices de RBC son parte de un conteo sanguíneo completo (CBC) que se usa para verificar la salud de su sangre. Usualmente, los índices de glóbulos rojos pueden ayudar a diagnosticar varios tipos de anemia y ayudar a identificar la causa del bajo conteo de glóbulos rojos.Los glóbulos rojos parecen donuts sin el agujero en el centro y transportan oxígeno por todo el cuerpo. Los glóbulos rojos también son necesarios para eliminar el dióxido de carbono de su cuerpo. Si hay anomalías en los índices de glóbulos rojos, es posible que se canse fácilmente, tenga dificultad para respirar, se maree y tenga la piel pálida.Algunas razones comunes por las que pueden aparecer problemas en los análisis de sangre de GR son falta de hierro en su dieta, deficiencia de vitamina B12, pérdida de sangre o un trastorno gastrointestinal. Por lo general, si sus índices de RBC indican un problema, su médico realizará más pruebas para establecer la causa exacta. Muy a menudo, aumentar los niveles de hierro en su sangre o abordar la causa subyacente ayuda a normalizar su recuento de glóbulos rojos.En este artículo, examinaremos los 3 componentes principales de los índices de RBC y veré las causas por las cuales pueden ser demasiado bajos o anormalmente altos.La publicación Clinical Methods indica que los índices de glóbulos rojos se utilizan para identificar las causas de varios tipos de anemias. Junto con el recuento de glóbulos rojos, también se tiene en cuenta el ancho de distribución de glóbulos rojos (RDW).
1Según el International Journal of Laboratory Hematology , la morfología de los glóbulos rojos es la evaluación de la forma, el color, el tamaño y la disposición de los glóbulos rojos. La morfología de los RBC puede ayudar a descubrir si la anemia es causada por una síntesis incorrecta de ADN que afecta la producción de RBC.
2Los índices de RBC anormales pueden ocurrir por varias razones. Por ejemplo, puede tener anemia porque su cuerpo no produce suficientes glóbulos rojos. O la pérdida de sangre durante la menstruación abundante puede causar una disminución en los niveles de hemoglobina. En algunos casos, las anomalías en los índices de glóbulos rojos son el resultado de que los glóbulos rojos se destruyen demasiado rápido.El recuento normal de glóbulos rojos como parte de un análisis de sangre de CBC puede ayudar a determinar si tiene suficiente hemoglobina. Según los médicos del Servicio Nacional de Salud, el recuento normal de glóbulos rojos debe estar entre 4.7 y 6.1 células / mcl. (células por microlitro) para los hombres y 4.2 a 5.4 células mcl para las mujeres.
3Sin embargo, al diagnosticar varios tipos de anemias, el conteo total de CBC es solo una parte de la historia. Los médicos necesitan verificar los índices de glóbulos rojos, en otras palabras, conocer los niveles de MCV, MCH y MCHC de los glóbulos rojos.El volumen corpuscular medio (MCV) de los glóbulos rojos se mide en femtolitros (fL), MCH en picogramos (pg) y MCHC en gramos por decilitro (g / dL). Los índices de RBC normales son los siguientes:Niveles normales de MCV. Según el Dr. Jerry Balentine en MedicineNet, los niveles de MCV deberían estar entre 80 y 100 fL.
4Niveles MCH normales. Los niveles de hemoglobina corpuscular promedio en adultos son 29 ± 2 picogramos (pg) por glóbulo rojo.
1Niveles MCHC normales. El Dr. Brian Yang Merrit, que se especializa en hematopatología, dice que la concentración media de hemoglobina corpuscular (MCHC) debe ser de 33-36 g / dl en adultos.
5 Índices de RBC anormales y lo que significanSi los preocupan los índices anormales de glóbulos rojos de un análisis de sangre de CBC, aquí hay algunas razones para los resultados anormales de las pruebas.Altó MCV¿Qué significa en un análisis de sangre si tiene un MCV alto que es más de 100 fL?
Estas son algunas de las razones.Deficiencia vitamínicaUna razón común para los resultados de las pruebas de sangre que muestran niveles de VCM más altos que lo normal es una deficiencia de vitamina B9 (folato) o vitamina B12 - Tanto el folato como la vitamina B12 son esenciales para una función cerebral adecuada y para fortalecer su sistema inmunológico, y un síntoma de una deficiencia de vitamina B12 son los dolores de cabeza constantes o las migrañas.
Un estudio publicado en la revista Clinical Medicine & Research descubrió que los glóbulos rojos más grandes de lo normal a menudo son el resultado de una deficiencia de vitamina B12 o folato. Se encontró que bajos niveles de vitaminas B12 y B9 afectan la síntesis de ADN y la producción de glóbulos rojos.
6Enfermedad del hígadoLos altos niveles de MCV también pueden ser un signo de enfermedad hepática, ya que la función hepática alterada hace que el MCV de los glóbulos rojos se agrande.Según el Dr. Lawrence Knott en Patient.info, la enfermedad hepática crónica puede agotar las reservas de vitamina B12. Esto aumentará el volumen corpuscular medio de glóbulos rojos y conducirá a microcitosis (glóbulos rojos agrandados) y a una clase de anemia macrocítica.
7Consumo excesivo de alcoholBeber demasiado alcohol es uno de los hábitos que dañan el hígado y disminuye su función. Investigadores de la Academia Estadounidense de Médicos de Familia dicen que los niveles elevados de MCV a menudo se ven en los alcohólicos. Esto se debe a que grandes cantidades de alcohol afectan la forma en que el hígado produce glóbulos rojos.
8Hipotiroidismo (tiroides hipoaactivo)Si con frecuencia te sientes fatigado, engordas, tienes la cara hinchada y los niveles de MCV son superiores a 100 fL, es posible que sufras de tiroides poco activa.
Un estudio publicado en la revista irani Journal of Pediatric Hematology Oncologyencontró que el MCV se incrementó en individuos que padecían problemas de tiroides. Los investigadores descubrieron que la función tiroidea afecta la producción de glóbulos rojos y puede afectar los índices de glóbulos rojos.
9MedicaciónOtra razón por la cual los análisis de sangre de CBC revelan un volumen corpuscular medio elevado de glóbulos rojos incluye ciertos medicamentos. La revista Clinical Medicine & Research informó que el efecto secundario de algunos medicamentos puede causar aumento de MCV con o sin anemia.
6Bajo MCVTambién mostrará signos de anemia si el volumen corpuscular promedio de glóbulos rojos es demasiado bajo y está por debajo de 80 fL.
¿Cuáles son algunas de las razones de baja MCV?
Deficiencia de hierroSi los resultados de las pruebas de CBC muestran que los niveles de MCV son inferiores a 80 fL (microcitosis), podría ser una indicación de que tiene anemia por deficiencia de hierro.Las deficiencias de hierro pueden ocurrir por varias razones. Por ejemplo, es posible que no coma suficientes alimentos ricos en hierro o que su cuerpo no absorba suficiente hierro. De acuerdo con un experto en hematología y oncología, el Dr. James Harper, los resultados de las pruebas de sangre que muestran un MCV bajo y un recuento elevado de plaquetas en sangre generalmente significan anemia por deficiencia de hierro.
10Algunos de los otros síntomas de la anemia por deficiencia de hierro son fatiga constante, dificultad para concentrarse, dificultad para librarse de enfermedades y grietas en la comisura de la boca.
Sangrado crónicoEl sangrado menstrual abundante o los trastornos gastrointestinales pueden causar pérdida crónica de sangre que disminuirá los niveles de VCM.De acuerdo con la revista American Family Physician , un conteo de glóbulos rojos que muestra MCV por debajo de 80 fl. a menudo es causado por la pérdida de sangre. Se desarrollan glóbulos rojos anormales porque el cuerpo no puede reponer el volumen de glóbulos rojos lo suficientemente rápido si hay una hemorragia crónica.
11Otras razones para baja MCVEl Royal College of Pathologists of Australia informa sobre otros motivos por los cuales sus niveles de MCV podrían ser bajos. Algunas de estas razones incluyen talasemia: un trastorno hereditario de la sangre, envenenamiento por plomo tóxico, deficiencias enzimáticas raras o anemia sideroblástica.
12Si tiene períodos menstruales abundantes, debe consultar con su médico.Altó MCHVeamos algunas de las razones de los niveles anormales de MCH que son más altos que el rango normal, y por qué podría tener más hemoglobina de lo normal en un único glóbulo rojo.Disfunción del hígadoLos resultados de los análisis de sangre de CBC que muestran un MCH más alto que el normal y un alto MCV podrían deberse a una enfermedad hepática. La función hepática adecuada es esencial para que el cuerpo produzca hemoglobina en las cantidades correctas.La revista Management of Anemia informa que la enfermedad hepática está asociada con diferentes tipos de anemia. Los altos niveles de MCH a menudo se asocian con anemia macrocítica cuando el hígado no está funcionando correctamente.Otra razón por la cual podría tener problemas con su hígado que resultan en altos niveles de MCH es el abuso crónico de alcohol. Beber alcohol durante muchos años afecta al hígado y afecta los niveles de MCH. Según el profesor de hematología, el Dr. Vincent Herrin, abstenerse del alcohol puede ayudar a reducir los niveles de MCH en la sangre.
21Deficiencia de vitamina B12Una deficiencia de vitamina B12 también puede provocar que la concentración promedio de hemoglobina en los glóbulos rojos sea más alta de lo normal.Según la publicación Clinical Methods, los bajos niveles de vitamina B12 y folato contribuyen a un MCH elevado. Puede encontrar que junto con los síntomas de anemia, también tiene dificultad para dormir y experimentar cambios de humor.
1Bajo MCHEn general, es más común que los resultados de las pruebas de CBC muestren un MCH más bajo que el normal en lugar de niveles elevados. Estas son algunas de las razones por las que podría tener una hemoglobina corpuscular media baja.La anemia por deficiencia de hierroLa anemia por deficiencia de hierro es una condición en la cual su cuerpo no puede producir suficiente hemoglobina y se mostrará como un MCH bajo en los resultados de la prueba.De acuerdo con un especialista en hematología, el Dr. Stanley Schrier, los médicos verificarán los niveles de MCH y MCHC para ver si son bajos al verificar la presencia de anemia. Debido a que la hemoglobina transporta oxígeno por todo el cuerpo, la anemia ferropénica y la baja concentración de hemoglobina hacen que la persona se sienta débil, sufra dolores de cabeza e irritabilidad.
14Disfunción de la tiroidesUna condición que su médico puede verificar si tiene un CHM bajo y signos de anemia es cómo está funcionando su tiroides. La disfunción tiroidea puede ser una razón para tener una hemoglobina corpuscular media alta o baja.Por ejemplo, la revista irani Journal of Pediatric Hematology Oncology informó que los pacientes que tienen una tiroides hiperactiva o hipoaictiva muestran signos de disfunción tiroidea. A veces, los niveles de MCH eran elevados, a veces eran más bajos de lo normal.
9Cirugía gástricaDebido a la mala absorción causada por la cirugía gástrica, su cuerpo puede tener problemas para absorber el hierro, lo que resulta en un MCH bajo.Según la revista BioMed Research International , algunas personas que se sometieron a cirugía gástrica muestran síntomas de anemia. Los investigadores descubrieron que la cirugía de derivación gástrica hace que las personas sean más propensas a contraer infecciones, padecer enfermedades crónicas o condiciones autoinmunes que pueden afectar la salud de la sangre de una persona.
15Enfermedad celíacaLa enfermedad celíaca es otra razón por la cual su cuerpo no absorbe suficiente hierro y muestra síntomas con niveles bajos de MCH en una prueba de laboratorio.
Los análisis de sangre de CBC a menudo muestran anomalías en los índices de glóbulos rojos en personas con celiaquía. Por ejemplo, el Indian Journal of Pediatricsinformó que los médicos a menudo tienen que abordar la deficiencia de hierro en pacientes celíacos. Los niveles de hierro se potencian mediante el uso de suplementos de hierro y siguiendo una dieta libre de gluten. Con el tiempo, los niveles de MCH aumentan en la sangre.Conocer la concentración promedio de hemoglobina en sus células sanguíneas también es importante para que los médicos diagnostiquen las causas de la anemia.En lugar de mostrar la cantidad de hemoglobina por glóbulo rojo (MCH), el análisis de sangre MCHC muestra la cantidad de contenido de hemoglobina en el volumen de la célula. Por lo tanto, es posible que las personas que sufren de anemia tengan un MCH aumentado pero los niveles normales de MCHC. Por ejemplo, el libro Clinical Practicsdice que la deficiencia de vitamina B12 resulta en glóbulos rojos más grandes de lo normal, pero la hemoglobina podría permanecer normal.
1¿Qué puede causar niveles anormales de MCHC?
Estas son algunas de las causas más comunes de baja concentración de hemoglobina corpuscular media.Según muchos estudios sobre los índices de GR, las razones de los bajos niveles de MCHC a menudo se relacionan con la anemia causada por lo siguiente:Bajos niveles de hierro en la sangreMalabsorción debido a problemas gastrointestinales como la enfermedad de Crohn, la enfermedad celíaca o la infección por Helicobacter pylori.
Deficiencia de folato (vitamina B9)Sangrado excesivoPor ejemplo, según la revista The Medical Clinics of North America, los bajos niveles de MCHC generalmente son causados por no tener suficiente hemoglobina en las células sanguíneas.
17Qué hacer cuando los índices de RBC son anormalesSi los resultados de los análisis de sangre de CBC muestran que sus índices de hemoglobina son anormales, su médico generalmente recomendará aumentar su hierro y obtener suficientes vitaminas del grupo B.Aquí hay algunas maneras naturales de mejorar sus índices de glóbulos rojos para tratar la anemia y también prevenir niveles bajos de hemoglobina en su sangre.Cómo aumentar los niveles de hierro naturalmenteAumentar su consumo dietético de hierro puede ayudar a aumentar los niveles de MCV, MCH y MCHC en su sangre.Según los médicos de la Clínica Mayo, consumir más alimentos ricos en hierro puede reducir el riesgo de anemia por deficiencia de hierro. La carne roja, las aves de corral y los mariscos se encuentran entre algunas de las mejores fuentes de hierro. Si eres vegetariano o vegano, puedes aumentar tu consumo de frijoles, verduras de hoja verde oscura y vitamina C, que ayuda a la absorción de hierro.
18Aumenta la vitamina B y el ácido fólicoOtra forma de mejorar sus índices de GR si son demasiado bajos es aumentar la ingesta de alimentos ricos en vitamina B y ácido fólico.Los médicos del Servicio Nacional de Salud dicen que algunas de las mejores fuentes dietéticas de vitaminas B son leche, huevos, carne y pescado. Además, las verduras de hoja verde oscuro contienen buenas cantidades de ácido fólico y hierro.
19Suplementos de hierroSi sus índices de RBC muestran que usted está muy anémico, los médicos pueden sugerirle que tome suplementos de hierro para reducir la anemia y sus síntomas.Según el American Journal of Medicine , los adultos requieren aproximadamente 20 mg de hierro todos los días. Sin embargo, si tiene enfermedad celíaca o ha tenido cirugía gástrica, los médicos pueden recomendarle que tome más suplementos de hierro para prevenir la anemia.
20Evite los hábitos que aumentan los índices de RBCSi los análisis de sangre de CBC muestran que sus índices de GR son demasiado altos, debe evitar los hábitos que pueden causar anomalías en los glóbulos rojos.Aquí hay algunas cosas simples que puede hacer para ayudar a normalizar sus niveles de MCH, MCV y MCHC.Reduzca el consumo de alcohol para ayudar a su hígado a recuperarse.Beba mucha agua para ayudar a eliminar las toxinas de sus riñones y mejorar su análisis de sangre.Aborte cualquier problema de tiroides que tenga que ayudar a regular su producción de glóbulos rojos.Lea más:Qué pasa si tomo omega 3?Si tiene un recuento de RBC alto, es importante seguir una dieta saludable y equilibrada para ayudar a mantener los niveles en un rango normal. Algunos alimentos que pueden ayudar a reducir el número de glóbulos rojos incluyen:
- Frutas y verduras: las frutas y verduras son ricas en antioxidantes que pueden ayudar a reducir la producción de glóbulos rojos.
- Alimentos ricos en hierro: aunque el hierro es esencial para la producción de glóbulos rojos, consumir demasiado puede aumentar el recuento de RBC. Si bien debe asegurarse de obtener suficiente hierro en su dieta, trate de limitar su ingesta a la cantidad recomendada.
- Alimentos bajos en grasas saturadas: las grasas saturadas pueden aumentar los niveles de colesterol en la sangre, lo que puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas. Los alimentos bajos en grasas saturadas pueden ayudar a reducir la producción de glóbulos rojos y proteger la salud del corazón.
¿Cómo bajar los glóbulos rojos de forma natural?
Leer Más:Qué pasa si me pico con una aguja de diabético?
Si tiene un recuento de RBC alto, hay varias cosas que puede hacer para reducirlo de manera natural, incluyendo:
- Beber mucha agua: mantenerse hidratado puede ayudar a reducir la viscosidad de la sangre y reducir el número de glóbulos rojos.
- Ejercicio regular: el ejercicio regular puede ayudar a mejorar la circulación sanguínea y reducir la producción de glóbulos rojos.
- Evitar el tabaco: fumar puede aumentar el número de glóbulos rojos en la sangre, por lo que es importante dejar de fumar o evitar el humo de segunda mano.
- Tomar suplementos de omega-3: los suplementos de omega-3 pueden ayudar a reducir la producción de glóbulos rojos y mejorar la salud del corazón.
¿Qué nivel de hematies es peligroso?
Un nivel de hematies (también conocido como recuento de glóbulos rojos) ligeramente alto no siempre indica un problema de salud, especialmente si si no hay otros síntomas presentes. Sin embargo, en casos más graves, un recuento de RBC alto puede aumentar el riesgo de problemas de salud como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y coágulos de sangre. Es importante hablar con su médico si tiene un recuento de RBC alto para determinar si hay algún problema subyacente que deba abordarse.
¿Qué pasa si tengo los glóbulos rojos altos?
Si tiene un recuento de RBC alto, es importante hablar con su médico para determinar la causa subyacente y el mejor plan de tratamiento. En algunos casos, puede ser necesario tomar medicamentos para reducir la producción de glóbulos rojos o someterse a procedimientos para reducir el volumen de sangre en el cuerpo. En otros casos, simplemente hacer cambios en la dieta y el estilo de vida puede ser suficiente para reducir el recuento de RBC y prevenir problemas de salud a largo plazo.
¿Es peligroso tener un recuento de RBC ligeramente alto?
En muchos casos, un recuento de RBC ligeramente alto no indica un problema de salud y no es motivo de preocupación. Sin embargo, en casos más graves, un recuento de RBC alto puede aumentar el riesgo de problemas de salud como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y coágulos de sangre. ¿Qué puede hacer para reducir el número de glóbulos rojos en mi sangre?
Si tiene un recuento de RBC alto, hay varias cosas que puede hacer para reducirlo de manera natural, como beber mucha agua, hacer ejercicio regularmente y evitar el tabaco. También puede hablar con su médico sobre tomar medicamentos o someterse a procedimientos para reducir el volumen de sangre en el cuerpo.