

۱- علی حکمتی: کارشناس پرستاری، شبکه بهداشت و درمان مشکین شهر، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
 ۲- مهسا علی زاده: کارشناس پرستاری، شبکه بهداشت و درمان مشکین شهر، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

کمبود ویتامین K

- بیماری کبد: به عنوان مثال، سیروز، بدخیمی، آمیلوئیدوز و بیماری گوجر باعث کاهش سنتز عوامل وابسته به ویتامین K می شود.
- سوء جذب: بیماری سلیاک، اسپرو استوایی، بیماری کرون، کولیت اولسراتیو، آسکاریاز، سندرم روده کوتاه ناشی از جراحی های متعدد شکم، رشد بیش از حد باکتری ها و پانکراتیت مزمن.
- بیماری مجاری صفراوی: انسداد مجرای مشترک ناشی از سنگ و تنگی، سیروز صفراوی اولیه، کلانژیوکارسینوم،
- کلستاز مزمن: که منجر به کاهش جذب چربی و در نتیجه کمبود ویتامین های محلول در چربی می شود.
- کمبود مواد غذایی در افراد مبتلا به سوء تغذیه: از جمله افراد مبتلا به اعتیاد به الکل، و همچنین در بیمارانی که تحت تغذیه طولانی مدت تزریقی بدون مکمل های ویتامین K قرار می گیرند.
- داروها: کلستیرامین، سالیسیلات ها، ریفامپین، ایزونیازید و باربیتورات ها برخی از داروهای رایجی هستند که با کمبود ویتامین K در ارتباط هستند.
- بیماری هایی با مهارکننده های انعقادی: که به صورت درون زا تولید می شوند (مانند ضد انعقاد لوپوس و آنتی ترومبین ها) و پاراپروتئینمی مانند میلوما ممکن است باعث کمبود ویتامین K شود.
- علل متفرقه: انتقال خون وسیع، انعقاد داخل عروقی منتشر، پلی سیتمی ورا، نفروتیک سندرم، فیبروز کیستیک و لوسمی

تظاهرات بالینی

تظاهرات بالینی در بزرگسالان تنها در صورتی قابل مشاهده است که هیپوپروترومبینمی وجود داشته باشد:

ویتامین K در سبزیجات و روغن های برگ سبز مانند زیتون، دانه پنجه و دانه سویا یافت می شود. سایر غذاهای غنی از ویتامین K شامل نخود و لوبیای سبز، شاهی، مارچوبه، اسفناج، کلم بروکلی، جو و گندم کامل می باشند. همچنین ویتامین K توسط باکتری های روده بزرگ سنتز می شود.

نقش ویتامین K در بدن

- ویتامین K یک ویتامین ضروری محلول در چربی است و یک عامل کمکی در سنتز فاکتورهای انعقادی II، VII، IX و X است.
- ویتامین K برای سلامت استخوان نیز بسیار مهم است. تصور براین است که کمبود ویتامین K باعث اختلال در فعال سازی پروتئین ماتریکس استخوان بنام استئوکلسین و کاهش عملکرد استئوبلاست می شود و در نتیجه اختلال در تشکیل استخوان ایجاد می شود. با این حال، اهمیت بالینی این موضوع هنوز به طور کامل ارزیابی نشده است.
- شواهد زیادی برای نقش ویتامین K در سلامت عروق وجود دارد.

همه گیرشناسی

کمبود ویتامین K می تواند در افراد در هر سنی رخ دهد، اما نوزادان در معرض خطر ابتلا به خونریزی ناشی از کمبود ویتامین K هستند که به علل کمبود ویتامین K در جفت، سطح پایین ویتامین K در شیر مادر و سنتز کم باکتریایی کولون رخ می دهد. کمبود ویتامین K در بزرگسالان سالم غیر معمول است.

عوامل خطر

- ضد انعقاد بیش از حد با کومارین به عنوان مثال، وارفارین.

- خونریزی علامت اصلی است، به ویژه در پاسخ به ترومای جزیی یا بی اهمیت.
- هر ناحیه ای می تواند درگیر شود، از جمله خونریزی مخاطی و زیر جلدی، مانند اپیستاکسی، پتشی
- هماتوم، خونریزی گوارشی، منوراژی، هماچوری و خونریزی از لثه.

تشخیص های افتراقی

کمبود ویتامین K باید به عنوان یکی از دلایل احتمالی هر اختلال خونریزی در نظر گرفته شود. بنابراین تشخیص افتراقی شامل موارد زیر است:

- لوسمی
- انعقاد داخل عروقی منتشر
- دیس فیبری نوژنمی
- ترومبوسیتوپنی خودایمنی
- اسکوربوت
- پورپورای ترومبوسیتوپنی
- ترومبوتیک
- بیماری فون ویلبراند

روش های بررسی و تشخیص

- زمان خونریزی، زمان پروترومبین و زمان ترومبوپلاستین جزئی فعال همگی افزایش می یابند.
- حساس ترین نشانگر تست آنتی بادی برای سطح بالای پروتئین دس گاما کربوکسی پروترومبین (DCP) در ویتامین K درغیاب (PIVKA) است.
- اندازه گیری سطح ویتامین K پلاسما

درمان

- درمان کمبود ویتامین K بستگی به شدت خونریزی و علت اصلی دارد.
- در خونریزی های تهدید کننده زندگی، پلاسما منجمد تازه (FFP) باید قبل از مصرف ویتامین K تجویز شود.
- ویتامین K به عنوان فیتومنادیون (ویتامین K) و به عنوان

آنالوگ مصنوعی محلول در آب منادیول سدیم دی فسفات موجود است.

- تزریق داخل وریدی (IV) باید به آرامی انجام شود، زیرا تزریق سریع IV می تواند باعث برونکواسپاسم و عروق محیطی و تخریب آنها شود.
- اگر اختلالی در لخته شدن خون بوجود آید، تزریق عضلانی ممکن است منجر به تشکیل هماتوم شدید در محل تزریق شود.

پیش آگهی

اگر کمبود ویتامین K به موقع تشخیص داده شود و به طور مناسب درمان شود، پیش آگهی بسیار خوب خواهد بود. عوارض با شدت کمبود ویتامین K مرتبط است، اما خونریزی شدید می تواند کشنده باشد.

پیشگیری

- یک رژیم غذایی غنی از ویتامین K - به عنوان مثال، سبزیجات برگ سبز و روغن (مانند زیتون، دانه پنبه و دانه سویا)، نخود سبز ولویا، شاهی، مارچوبه، اسفناج، کلم بروکلی، جو و گندم کامل.

- مصرف ویتامین K به نوزادان در جلوگیری از خونریزی ناشی از کمبود ویتامین K بسیار موثر است.

- منادیول سدیم دی فسفات یک مشتق مصنوعی ویتامین K محلول در آب است که می تواند به صورت خوراکی برای جلوگیری از کمبود ویتامین K در سندرم سوء جذب تجویز شود.

منبع:

This is a translation into Farsi of an article originally published in English: Dr Laurence Knott, Vitamin K Deficiency. Available from patient info doctor, Last updated: 2:2019.

