

## Πώς θα καταλάβετε ότι έχει πέσει ο αιματοκρίτης σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ο αιματοκρίτης είναι ένας βιολογικός δείκτης που φανερώνει πόσα ερυθρά αιμοσφαίρια υπάρχουν στο αίμα. Εκφράζεται ως ποσοστό του όγκου ερυθρών αιμοσφαιρίων ανά συγκεκριμένη ποσότητα αίματος.

Τα φυσιολογικά επίπεδα του αιματοκρίτη καθορίζονται κυρίως από την ηλικία και δευτερευόντως από το φύλο.

Ο χαμηλός αιματοκρίτης είναι στις περισσότερες περιπτώσεις αποτέλεσμα αναιμίας, εκτεταμένης αιμορραγίας ή ασθένειας που συνδέεται με την καταστροφή ή τη μειωμένη παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων.

Τα βασικότερα συμπτώματα που προειδοποιούν ότι ο αιματοκρίτης βρίσκεται κάτω από τα όρια του φυσιολογικού είναι τα εξής:

- κόπωση
- δύσπνοια
- αδυναμία
- συχνές ζαλάδες
- χλωμό δέρμα
- ερυθρίαση (ξαφνικό κοκκίνισμα του δέρματος)
- συχνοί πονοκέφαλοι

- αφυδάτωση (ξηροστομία, μειωμένη εφίδρωση, μικρή παραγωγή ούρων)

Μια απλή αιματολογική εξέταση μπορεί να καταδείξει εάν τα επίπεδα του αιματοκρίτη κυμαίνονται στα όρια του φυσιολογικού.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)