

# Le bilan ferrifique

## Symptômes de l'anémie et de l'anémie ferriprive

Des symptômes d'anémie n'indiquent pas forcément la présence d'une anémie ferriprive – seul un test sanguin permet de confirmer le diagnostic d'anémie ferriprive. Mais si vos symptômes altèrent votre qualité de vie, il est important d'en parler avec votre médecin.

---

**Il peut être difficile d'amorcer une conversation sur les symptômes de l'anémie ferriprive. N'hésitez pas à commencer par notre guide de discussion, que vous pouvez télécharger sur le site Web **Remontez le niveau!**, et apportez-le lors de votre prochaine visite chez le médecin.**

---

Cochez les symptômes que vous avez éprouvés récemment :

Langue enflée et douloureuse

Étourdissements

Teint pâle

Épuisement et fatigue

Palpitations ou battements de cœur rapides

Essoufflement

Ongles en cuillère

Faiblesse

En général, l'anémie n'est pas le premier signe d'anémie ferriprive. L'anémie ferriprive apparaît lentement au fil du temps, à mesure que le fer est utilisé par votre corps. Cochez les symptômes d'anémie ferriprive que vous avez éprouvés récemment :

Migraines (en particulier chez les femmes)

Complications de la grossesse

Maladies du cœur

Infections

Syndrome des jambes sans repos

Dépression

Envie de manger des substances non alimentaires, comme de la glace ou de la terre (terme médical : pica)

## Groupes très vulnérables

N'importe qui peut être atteint d'anémie ferriprive, mais le risque est plus élevé chez certaines personnes. Cochez les groupes à risque élevé auxquels vous appartenez.

Je fais partie de l'une de ces catégories :

Adolescent(e)

Femme athlète et/ou athlète d'endurance

Adulte de plus de 65 ans

Femme

Personne atteinte de troubles sanguins  
héréditaires

Femme non ménopausée

Végétalien(ne) ou végétarien(ne)

Femme enceinte, qui allaite, ou qui vient  
d'accoucher

Donneur (donneuse) de sang

---

**Apportez votre bilan ferrique ainsi que le guide de discussion lors de votre prochaine visite chez le médecin pour amorcer la conversation.**

Ce bilan aidera votre médecin à mieux comprendre vos symptômes et à savoir si des analyses de sang sont requises. Si vous recevez un diagnostic d'anémie ferriprive, la bonne nouvelle, c'est qu'elle peut être traitée.

---