

Vitamina B12

Vitamina B12, la vitamina dell'energia.

Home » Test vitamina B12

Test vitamina B12

Scoprire la quantità di vitamina B12

Per verificare la quantità di vitamina B12 vengono prescritti alcuni esami del sangue da laboratorio. Si raccomanda di non ingerire liquidi e di non mangiare nelle ore che precedono il prelievo. **Gli esami del sangue non devono limitarsi esclusivamente alla vitamina B12, ma è importante che comprendano anche i folati e l'omocisteina.** Come abbiamo già ripetuto, la vitamina B12 può trovarsi nell'organismo **in forma non attiva**, soprattutto se si segue una dieta vegetariana o vegana e si consuma un gran quantitativo di erbe e alghe dove la B12 in forma non attiva è abbondante. In questo caso un test circoscritto alla cobalamina potrebbe non evidenziare alcuna carenza perché di fatto essa è presente nel corpo, soltanto in una forma che non è utile. Per un test attendibile e veritiero c'è la necessità di effettuare **esami incrociati di omocisteina e acido folico**. Quando l'omocisteina è molto alta e l'acido folico nella norma, la vitamina B12 potrebbe non essere in forma attiva. Prima del test è importante informare il medico se c'è una cura farmacologica in corso o se si è sotto l'effetto di farmaci perché questo potrebbe influenzare l'esito dell'esame. Il consumo di alcool e lo stato di gravidanza possono alterare occasionalmente i valori, si raccomanda pertanto di comunicare ogni possibile influenza circostanziale a chi esaminerà il test. **I valori nella norma di cobalamina sono generalmente compresi fra i 200 e i 900 pg/mL** (picogrammi per millilitro), ma questo varia da soggetto a soggetto e perfino da laboratorio a laboratorio. Valori al di sotto di quella soglia possono evidenziare – oltre ad anemia perniciosa, rimozione di tratti intestinali e difficoltà ad assimilare la vitamina B12 di cui abbiamo già discusso – anche ipertiroidismo, infezione da tenia o anemia da carenza di acido

folico. **Alti livelli di vitamina B12 sono riscontrabili in persone obese, malati di diabete**, con problemi ai reni, in presenza di malattie epatiche e di rare forme di leucemia, benché questo test non sia solitamente prescritto per la diagnosi di tali



patologie.

Test di Schilling

Il **test di Schilling** è un test eseguito in un laboratorio di medicina nucleare su pazienti con sospetti difetti del

fattore intrinseco. Consta di due fasi: durante la prima il paziente assume una **compressa di B12 radioattiva**. La vitamina gli viene inoltre iniettata per endovena. La doppia esposizione si rende necessaria per individuare con precisione l'organo in cui si verifica l'eventuale malassorbimento, se nello stomaco o nell'intestino. Dalle analisi delle urine potrebbe evincersi la presenza di vitamina B12 radioattiva che scongiurerebbe il rischio di eventuali malfunzionamenti. Viceversa, il test viene ripetuto **somministrando oltre alla vitamina B12 anche il fattore intrinseco**. Se nelle urine vengono rinvenute tracce di cobalamina la causa è individuata in un difetto del fattore intrinseco. I pazienti che si sottopongono al test di Schilling hanno il compito di raccogliere le proprie urine nell'arco delle 24 ore successive alla sua somministrazione. Al momento della prescrizione il medico indicherà le ore di digiuno da seguire nel giorno del test.

Vitamina B12, effetti indesiderati

La vitamina B12 ha una bassa tossicità e non sono riscontrati effetti indesiderati in individui sani neppure in soggetti i cui valori eccedevano i 1000 picogrammi. Inoltre l'organismo è in grado di assimilare il suo fabbisogno necessario e rigettare gli eccessi tramite l'urina o immagazzinarlo nel fegato. **Valori elevati di cobalamina** possono quindi essere indicativi di problemi ai reni, che sono gli organi deputati al suo smaltimento. Nelle donne in gravidanza dovrebbe essere assunta in quantità non superiore ai 2,6 mcg al giorno, sotto consiglio del ginecologo. Prima di iniziare una cura con integratori di vitamina B12 si raccomanda di effettuare tutti i test utili ad escludere altre anemie. Evitare di assumere vitamina B12 in caso di malattia di Leber, allergia alla cobalamina o al cobalto. L'utilizzo di Cloramfenicolo per un lungo periodo potrebbe interferire con l'azione degli integratori.

Articoli recenti

Acido folico

Acido pantotenico (vitamina B5)

Alimenti ricchi di vitamina B12

Anemia

Antivitamine

Biotina

Carenza di vitamine

Integratori di vitamina B12

Le principali fonti di vitamine

Niacina (vitamina B3)

Riboflavina

Ripassiamo la vitamina B12!

Test vitamina B12

Tiamina (vitamina B1)

Vegani e vitamina B12

Vitamina A

Vitamina B

Vitamina B12

Vitamina B12, cani e gatti

Vitamina B6

Vitamina C

Vitamina D

Vitamina E

Vitamina K

Disclaimer

Il presente sito è stato realizzato a carattere puramente informativo. Le informazioni inserite su queste pagine non possono sostituirsi alla diagnosi di un medico che rimane l'unica figura di riferimento alla quale ricorrere in caso di sintomi o anomalie sospette.

Copyright © 2016 Vitamina B12.

Theme by Themehall.

