

Bloedprikadvies vermoeden B12 tekort

Wanneer te testen?

- vóór het starten met injecties
- ná **minimaal 3 maar bij voorkeur 6 maanden** geen supplementen te hebben genomen met B12, biergist en/of foliumzuur (afhankelijk van dosering, soort en duur van het slikken)
- ná **minimaal 3 maar bij voorkeur 6 maanden** te hebben opgelet geen voeding en/of dranken met toegevoegd B12 te hebben gegeten/gedronken (let goed op, het zit in de vreemdste dingen, dus goed etiketten controleren)
- ná minimaal 4 dagen geen supplementen te hebben genomen die Biotine (vitamine B8) bevatten

- Compleet bloedbeeld (Hb, Ht, Erythrocyten, Leukocyten, Trombocyten, RDW, MCV, MCH en MCHC)
- Vitamine B1
- Vitamine B2
- Vitamine B3
- Vitamine B6
- Vitamine B11 (foliumzuur)
- Vitamine B12 (serum B12)
- Holo-TC (actief B12)
- Ferritine
- Vitamine D25OH (voorraad)
- Vitamine 1,25-di-Hydroxy-Vitamine D3 (actief D)
- ALAT
- ASAT
- Glucose (nuchter)
- Antistoffen intrinsieke factor
- Antistoffen pariëtale cellen
- MMA (methylmalonzuur)
- Homocysteïne (altijd nuchter geprikt en meteen op ijs gezet, afhankelijk van het lab, vraag het vooraf even na)
- Lyme
- Pfeiffer
- Koper
- Zink
- Calcium
- Kalium
- Natrium
- Magnesium
- Cortisol
- GGT (Gamma GT)
- eGFR (nierfunctie)
- TSH
- T3
- T4

Ga het liefste altijd nuchter prikken. Sommige uitslagen kunnen tot 6 weken duren, afhankelijk van het lab.

Auteur(s): Angélique Demers & Sylvia Garagoski-Sanders, beheer Facebookgroep B12 voor elkaar

Link groep: <http://www.facebook.com/groups/271993400296088/>