

Verisana GmbH • Spitalerstraße 9 • 20095 Hamburg

Max Mustermann
Musterstraße 1
12345 Musterstadt
Deutschland

Name, Vorname	Mustermann, Max
---------------	-----------------

Geburtsdatum	01.01.1990
--------------	------------

Geschlecht	männlich
------------	----------

Befund-ID	4-72871
-----------	---------


Bericht erstellt am	23.10.2023
---------------------	------------

Laborbericht

Anbei senden wir Ihnen die Ergebnisse Ihrer Laboruntersuchung. Bitte beachten Sie, dass die getesteten Parameter lediglich als Interpretationshilfe dienen können und gesundheitliche Beschwerden von einem Arzt oder Heilpraktiker behandelt werden sollten. Wir warnen ausdrücklich davor, ohne medizinischen Rat eine Medikation oder Therapie zu beginnen, auszusetzen oder zu verändern. Bei Fragen zur Therapie wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

Test: Vitamin B12

Probenmaterial: Blut**Abnahmedatum:** 08.10.2023**Eingangsdatum:** 09.10.2023

Untersuchung	Ergebnis	Normbereich	Ergebnis
Vitamine			
Vitamin B12	120 pmol/L	50-123 pmol/L	

Name, Vorname	Geburtsdatum	Befund-ID	Bericht erstellt am
Mustermann, Max	01.01.1990	4-72871	23.10.2023

Vitamin B12

Ihr gemessener Holotranscobalamin-Wert liegt im Referenzbereich von >50 pmol/l und liegt daher im Normbereich. Somit ist ein Vitamin B12-Mangel unwahrscheinlich, da die Speicher gut gefüllt sind.

Der Holo-TC-Test erkennt bereits in den frühen Stadien, ob ein Mangel vorliegt oder nicht und ist somit der zuverlässigste und sensitivste Test, um einen Vitamin B12 Mangel festzustellen.

Vitamin B12 ist ein wasserlösliches Vitamin, das auch unter dem Name Cobalamin bekannt ist. Es gehört zu den essenziellen Vitaminen. Essenziell bedeutet, dass der Körper es nicht selbst herstellen kann. Wir müssen es über die Nahrung aufnehmen.

Vitamin B12 ist essenziell für die Abbau von einzelnen Fettsäuren, für die Blutbildung, für die Nervenfunktion und Zellteilung. Deshalb betreffen Vitamin B12-Mangel Symptome verschiedene Bereiche des Körpers wie zum Beispiel die Augen, Nerven, Muskulatur oder auch die Haare.

Mögliche Symptome eines Vitamin B12-Mangels sind: Haarausfall, Muskelschwäche, Müdigkeit, Gedächtnisschwäche, Kopfschmerzen. Depression, Kribbeln in Armen und Händen, brennende Zunge, Blutarmut und Allergien.

Der durchschnittliche tägliche Bedarf für Erwachsene an Vitamin B12 beträgt etwa 4 µg. Die einzige relevante Quelle für den Menschen sind tierische Lebensmittel (Fisch, Fleisch, Milchprodukte, Eier).

Deshalb sind besonders Veganer und Vegetarier von einem Mangel betroffen, sofern Vitamin B12 nicht supplementiert wird. Weitere Risikofaktoren können jedoch zum Beispiel auch Autoimmunerkrankungen sein, Schwangerschaft, eine gestörte Aufnahme von Vitamin B12 im Darm (z.B. durch Zöliakie oder Morbus Crohn) oder bestimmte Medikamente z.B. gegen Diabetes und Sodbrennen.

Eine Überdosierung und somit eine Gefahr für die Gesundheit kommt extrem selten vor, denn überschüssiges Vitamin B12 wird über die Niere ausgeschieden.

Dieser Befund wurde elektronisch erstellt und ist daher auch ohne Unterschrift gültig.