

vitamine B12-deficiëntie

gevoelige tong
vermoeidheid
futloos
het koud hebben
tintelingen in voeten/handen
het gevoel op vilt/watten te lopen
zware/stijve benen
concentratieproblemen
duizeligheid
diarree
psychische problemen
hartritmestoornissen
wazig zien
spiertrillingen
haaruitval

Allemaal symptomen die kunnen optreden bij een vitamine B12 tekort. Heeft u last van een of meerdere symptomen sta er dan op dat op korte termijn de vitamine B12-spiegel van uw bloed wordt bepaald. Het kan zijn dat uw lichaam deze vitamine niet goed meer opneemt. Bij vroegtijdige behandeling zijn blijvende problemen vrij eenvoudig te voorkomen.

Kijk voor meer informatie op:

www.stichtingb12tekort.nl

of

<http://home.kpn.nl/hindrikdejong>

