

Η έλλειψη της βιταμίνης B12 είναι συχνή στο διαβήτη

16/05/2015

Ρηγόπουλος Δημήτριος, Παθολόγος-Διαβητολόγος

Η βιταμίνη B12 είναι απαραίτητη για την δημιουργία του αίματος, την ανανέωση των ιστών και την λειτουργία των νεύρων. Η έλλειψη της B12 προκαλεί αναιμία και συμπτώματα από το νευρικό σύστημα. Τέτοια συμπτώματα είναι η παραισθησίες, δηλαδή ο ασθενής αισθάνεται κάτι που δεν υπάρχει, ο πόνος, τα μουδιάσματα, η αδυναμία και τα μειωμένα αντανακλαστικά.

Τα ίδια συμπτώματα μπορεί να προκαλέσει και ο διαβήτης, στη περίπτωση που αναπτυχθεί η διαβητική νευροπάθεια. Το γεγονός αυτό οδηγεί σε ένα διαγνωστικό πρόβλημα, καθώς εύκολα κάποιος γιατρός μπορεί να ενοχοποιήσει τον διαβήτη για τα συμπτώματα. Η λάθος διάγνωση έχει σαν αποτέλεσμα να δοθεί λάθος θεραπεία, χωρίς στο τέλος να ανακουφίζεται ο ασθενής.

Είναι σημαντικό λοιπόν στους διαβητικούς που ταλαιπωρούνται από συμπτώματα διαβητικής νευροπάθειας, να γίνεται και έλεγχος των επιπέδων της βιταμίνης B12 στο αίμα. Η γρήγορη χορήγηση φαρμακευτικής B12 μπορεί να μειώσει τα συμπτώματα και να προλάβει μόνιμες βλάβες στα νεύρα.

Γιατί όμως η έλλειψη της βιταμίνης B12 είναι συχνή στους διαβητικούς; Η απάντηση βρίσκεται στα φάρμακα, που πιθανόν λαμβάνει ένας διαβητικός. Το πιο διαδεδομένο φάρμακο που λαμβάνουν αυτά τα άτομα είναι η μετφορμίνη, για την οποία έχει αποδειχθεί ότι μειώνει την απορρόφηση της βιταμίνης B12 από το έντερο. Η μετφορμίνη συνήθως είναι το πρώτο φάρμακο που χορηγείται για τον διαβήτη, από την διάγνωσή του και δεν διακόπτεται αν δεν προκληθούν παρενέργειες. Αυτό σημαίνει ότι η μείωση της απορρόφησης, της βιταμίνης B12 είναι μια διαδικασία που μπορεί να διαρκεί πολλά χρόνια.

Ο μηχανισμός με τον οποίο η μετφορμίνη παρεμποδίζει την απορρόφηση της βιταμίνης B12 βασίζεται στη μείωση των γαστρικών υγρών που προκαλεί. Αυτό έχει σαν συνέπεια την αλλαγή των μικροβιακών πλυθησμών του εντέρου, που επηρεάζουν την παραγωγή του ενδογενούς παράγοντα, μιας απαραίτητης ουσίας για την απορρόφηση της B12.

Εάν οι διαβητικοί συνδυάσουν την λήψη μετφορμίνης με χάπια που χορηγούνται για γαστροπροστασία, δηλαδή χάπια για το στομάχι, η απορρόφηση της βιταμίνης B12 γίνεται ακόμα πιο έντονη. Τα χάπια για το στομάχι μειώνουν περισσότερα τα γαστρικά οξέα και προκαλούν μεγάλες μεταβολές στους μικροβιακούς πλυθησμούς του εντέρου.

Όταν, λοιπόν, αισθανθεί κάποιος διαβητικός συμπτώματα, όπως αυτά που περιγράψαμε παραπάνω, πριν λάβει αγωγή για την διαβητική νευροπάθεια, καλό είναι να ελέγξει προηγουμένως τα επίπεδα της βιταμίνης B12 στο αίμα.

Ρηγόπουλος Δημήτριος, Παθολόγος-Διαβητολόγος

www.smarthealth.gr

www.seminariogiadiavitikous.gr