

استشاري يكشف أسباب نقص فيتامين B12.. ويحدد الفئات الأكثر عرضة للإصابة

24 مايو، 2026



أكد استشاري طب الأسرة سليمان العقل أن نقص فيتامين B12 يرتبط غالبًا بضعف الامتصاص داخل الجسم أكثر من ارتباطه بقلة تناول الأطعمة الغنية بالفيتامين.

وأوضح أن هناك فئات تُعد الأكثر عرضة للإصابة بنقص فيتامين B12، من بينهم الأشخاص النباتيون، ومستخدمو دواء "الميتفورمين" المنظم للسكر، إضافة إلى من يتناولون أدوية الحموضة بشكل مستمر.

وأضاف أن الأشخاص الذين خضعوا لعمليات في الجهاز الهضمي، خاصة عمليات التكميم، وكذلك المصابين بأمراض الجهاز الهضمي المزمنة، يواجهون احتمالية أكبر للإصابة بهذا النقص نتيجة تأثير عملية الامتصاص.