

Vitamine B12 tekort

VRAGENLIJST deel 1-2

Naam _____

Datum _____

- Omcirkel de 1 als u wel last heeft van de klacht maar niet uitgesproken
- Omcirkel de 2 als de klacht wel uitgesproken aanwezig is

1. Bloedarmoede, die slecht op ijzeraanvulling reageert, vaker opgetreden	nvt	1	2
2. Vaak een bleke huidskleur	nvt	1	2
3. Gevoelsstoornissen: doofheid, tintelingen of prikkelingen in armen of benen	nvt	1	2
4. Krachtsverlies in armen en/of benen (bijvoorbeeld jampot niet meer open krijgen), zwalkend lopen, vaker vallen, tot aan rolstoel toe)	nvt	1	2
5. Trekkingen in de spieren (tics, tremoren)	nvt	1	2
6. Chronische moeheid, langer dan 3 maanden, zonder bekende oorzaak	nvt	1	2
7. Concentratiezwakte	nvt	1	2
8. Geheugenzwakte	nvt	1	2
9. Woordvindings stoornis	nvt	1	2
10. Verwardheid/desoriëntatie (niet helder in hoofd: wattengevoel)	nvt	1	2
11. Traagheid in denken/handelen	nvt	1	2
12. Dyslexie en/of dyscalculie (leerproblemen)	nvt	1	2
13. Persoonsvervlakking (uw glans verliezen, het gevoel hebben dat u het leven niet ten volle kunt leven)	nvt	1	2
14. Depressie(s): overmatige angst, apathie, prikkelbaarheid, agressiviteit	nvt	1	2
15. Psychose(n): wanen, hallucinaties, manie, schizofrenie, paranoia, ongeremdheid	nvt	1	2
16. Dementie	nvt	1	2
17. Klachten van gezichtsvermogen (die niet nader te duiden zijn, accommodatiezwakte)	nvt	1	2
18. Verlaagde functie zintuigen (smaak, reuk, gehoor)	nvt	1	2
19. Slecht genezende wondjes	nvt	1	2
20. Aften (kleine zweertjes aan het mondslijmvlies), vaker optredend	nvt	1	2
21. Bloedend tandvlees, terugtrekkend tandvlees	nvt	1	2
22. Haaruitval (scalp en/of wenkbrauw)	nvt	1	2
23. Zwelling, roodheid, branderigheid van de tong	nvt	1	2
24. Ontsteking van slijmvlies van slokdarm en/of maag	nvt	1	2
25. Miskraam, vaker optreden van	nvt	1	2
26. Verlaagde vruchtbaarheid/ infertiliteit / impotentie	nvt	1	2
27. Autisme, aan autisme verwante aandoeningen	nvt	1	2
28. Infectieziekten, steken in vlagen steeds opnieuw de kop op (gebrekkige afweer)	nvt	1	2
29. Weinig of geen herstel na infectieziekte (Pfeiffer, Q-koorts, Lyme, e.a.)	nvt	1	2
30. Weinig of geen herstel na Whiplash Injury	nvt	1	2
31. Bekkeninstabiliteit/RSI/Carpaaltunnelsyndroom	nvt	1	2
32. Allergische klachten, die langzaam in aantal toenemen	nvt	1	2
33. Ik heb één of meer auto-immuunziekten	nvt	1	2
34. Darmklachten, voedselallergie en/of intoleranties	nvt	1	2
35. Verlies van eetlust, en daardoor gewichtsverlies	nvt	1	2

Vitamine B12 tekort

VRAGENLIJST deel 2-2

Naam _____

Datum _____

- Omcirkel de 1 als u wel last heeft van de klacht maar niet uitgesproken
- Omcirkel de 2 als de klacht wel uitgesproken aanwezig is

36. Ik ben een alleen geboren tweeling, of ik heb het vermoeden dat	nvt	1	2
37. Dermoidcyste (goedaardige tumor met elementen van verloren tweelinghelft)	nvt	1	2
38. Teratoom (kwaadaardige tumor met elementen van verloren tweelinghelft)	nvt	1	2
39. Voorbijgaande blindheid, door ontsteking van de oogzenuw	nvt	1	2
40. Incontinentie van urine en/of ontlasting door slechte zenuwfunctie	nvt	1	2
41. Vitamine B12 tekort in de familie	nvt	1	2
42. Snelle progressie van hart en vaatziekten (homocysteïnaemie)	nvt	1	2
43. Verhoogd risico op kanker (afwijkingen uitstrijkjes)	nvt	1	2
44. Twijfel of u wel gewenst was als kind	nvt	1	2
45. Twijfel over uw identiteit (bijvoorbeeld vernoemd naar eerder overleden broer of zus)	nvt	1	2
46. De gedachte: ik had er beter niet kunnen zijn.	nvt	1	2
47. Ik voel me als een vreemdeling op aarde, wat doe ik hier eigenlijk	nvt	1	2
48. Bijna om het leven gekomen, het had niet veel gescheeld of ik was er niet meer geweest.	nvt	1	2
49. Ze zien mij nooit of ik wordt niet gehoord, alsof ik er niet toe doe	nvt	1	2
50. Ik ben een hooggevoelige persoon (HSP)	nvt	1	2
51. Ik hebt (grote) belangstelling voor esoterie en spiritualiteit	nvt	1	2
52. Ik heb al vele jaren allerlei dokters bezocht, zonder (blijvend) resultaat	nvt	1	2
53. Ik bent een enorme doorzetter, ik geeft nooit op.	nvt	1	2

Evaluatie

Vitamine B12 tekort is een serieuze aandoening. Vitamine B12 tekort is op langere termijn ernstig bedreigend en invaliderend. Als er sprake is van vitamine B12 tekort dan is het belangrijk dat u zich laat onderzoeken en behandelen door een deskundig arts of therapeut.

- 30 - 50 punten lage kans op vitamine B12 tekort, maar het is niet uitgesloten.
- 50 – 70 punten serieuze kans op vitamine B12 tekort.
- > 70 punten zeer hoge kans op vitamine B12 tekort.