SYMPTOMUTVECKLING VID B12-BRIST

StadiumTidsintervall (ungefär) System / område
Typiska symptom

Tidiga symptom
0–6 månader efter att B12-nivåerna börjar sjunka
Allmänna
• Trötthet, svaghet, orkeslöshet • Minskad aptit • Lätt blekhet • Kalla händer/fötter

Nervsystemet
• Lätta stickningar eller pirrningar i fingrar och tår

Psykiskt / kognitivt
• Lätt nedstämdhet, irritabilitet • Koncentrationssvårigheter

Mun & tarm
• Röd, glatt och öm tunga (glossit) • Munsår • Mild illamående eller gasighet

Måttliga symptom
6–18 månader efter bristdebut
Blod (anemi)
• Uttalad trötthet, andfåddhet • Hjärtklappning • Yrsel

Nervsystemet
• Tilltagande domningar i händer/fötter • Balanssvårigheter, ostadig gång • Försämrad känsel (t.ex. svårare att känna vibrationer)

Psykiskt / kognitivt
• Glömska, “hjärndimma” • Oro, ångest • Sömnstörningar

Matsmältning
• Förstoppning eller diarré • Aptitlöshet och viktnedgång

Svåra / sena symptom
1,5–5 år (eller längre) vid obehandlad brist
Nervsystemet
• Uttalad känselnedsättning (”strump- och handskeform”) • Ataxi (gångsvårigheter) • Svaghet i ben/armar • I värsta fall: förlamning

Psykiskt / kognitivt
• Förvirring, hallucinationer • Depression, paranoia • Demensliknande tillstånd

Ögon
• Dimsyn, nedsatt färgseende (optikusneuropati)

Blod / cirkulation
• Uttalad megaloblastisk anemi • Hjärtbelastning, bröstsmärta

Hud
• Gulaktig hudton (subikterus)