

בדיקת מיימילק לויטמין B12

ניטור ויטמין B12 בחלב האם לזיהוי האפשרות לחסר בוויטמין B12 מיועד לנשים המגבילות תזונה מן החי או נשים בסיכון לבעיית ספיגה של הויטמין.

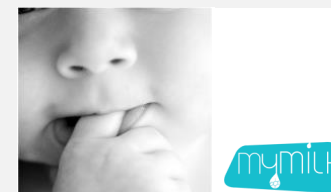
- ויטמין B12 הוא קו-פאקטור קריטי להתפתחות מערכת העצבים
- רמות ויטמין B12 בחלב האם מושפעות מאוד מתזונת האם והסטטוס בגופה. נשים אשר תזונתן נעדרת או חסרה במזונתן מן החי או כאלו עם בעיית ספיגה של הויטמין נמצאות בסיכון לפתח רמות נמוכות של ויטמין B12 בגופן ובחלב שלהן.
- רמות ויטמין B12 בחלב אם מושפעות יותר מהרגלי התזונה הנוכחיים של המניקה מאשר המאגרים בגופה.
- מיעוט ויטמין B12 בחלב האם יכול להופיע זמן רב לפני שניתן לזהות חסרים בבדיקת דם אצל האם.

הינקות נחשבת כתקופת פגיעה לחסרים בוויטמין B12. תהליך ריקון מאגרים בתינוק מתרחש הרבה לפני הופעת סימפטומים. **איתור מוקדם של מיעוט ויטמין B12 בחלב האם תאפשר לך לשפר את תזונת תינוקך ולמנוע התפתחות חסרים בגופו.**

דעי כי ברוב המקרים מדובר בחסרים שאינם חמורים ולא מהווים סכנה מיידית לתינוק אשר ניתן לרוב להתגבר עליהם ע"י שינוי בהרגלי התזונה של האם. תוצאות בדיקת מיימילק מלוות בהמלצות תזונה. למעט במקרי קיצון, לאם המניקה בלעדית תינוק בן פחות מחצי שנה עדיף להגביר את צריכת הויטמין שלה ולהניק מאשר לתת תוסף ויטמינים ו/או מזון ממקור אחר ישירות לתינוק.

! מיעוט בוויטמין B12 בחלב אם אינו מהווה סיבה להפסקת הנקה

- נכון להיום, אין סטנדרטים וערכי ייחוס לרכיבים בחלב אם.
- אין בתוצאות הבדיקה הנחיה במישרין או בעקיפין להפסקת הנקה או מתן מזונות משלימים לתינוק. חלב אם הוא המזון המועדף לתינוק, אלא אם קיימת הנחיה מפורשת מגורם מטפל.
- אין להשוות בין המדדים בחלב הנבדק לבין אלו המדווחים בתרכובות מזון לתינוקות. לחלב האם יתרונות רבים ומובהקים בהשוואה לתרכובות מזון לתינוק.



ויטמינים בחלב האם. להתפתחות וגדילה מיטבית של התינוק.

חלב האם מהווה מקור מזון בלעדי לתינוק במחצית השנה הראשונה לחייו.

ויטמין B12 - בעל תפקיד ביצירת תאי דם אדומים ובעל חשיבות קריטית בתפקוד מערכת העצבים. מאגרי ויטמין B12 בכבד הילוד מספקים למספר שבועות, ולאחר מכן תינוקות צריכים לקבל ויטמין קריטי זה מהתזונה, כלומר מחלב האם. חסרים קליניים בוויטמין B12 בתינוקות יונקים הם נדירים מאד ומופיעים לאחר תקופת חסר ארוכה. חסרים קיצוניים וסימפטומים קליניים הכוללים רגרסיה התפתחותית עיכוב גדילה ובעיות נוירולוגיות, נחשפים רק במחצית השניה של השנה הראשונה של התינוק-9 (12 חודשים), למרות שריקון המאגרים והחסרים מתפתחים בחודשים הראשונים לחייו. חסרים קליניים של ויטמין B12 בתינוקות יונקים הם נדירים מאד אולם מקרים דוחו גם במדינות מפותחות. חסרים תת-קליניים (חסר מתון יותר ללא סימנים קליניים מובהקים) או צריכה לא מיטבית הם נפוצים באוכלוסייה. רמות בחלב נמצאות במתאם לצריכת האם. חסרים קיצוניים באם, הנובעים מצמחונות או טבעונות או אנמיה לא מאובחנת הינם גורם סיכון ידוע להתפתחות חסרים ביונק.

תזונת היונק בחודשים הראשונים מהווה בסיס התפתחותי לתינוק בינקות ואף ליצירת מאגרים להמשך חייו.

ויטמין B12 מסווג כמיקרונוטריאנט (רכיב הנמצא בכמויות קטנות) בעל עדיפות ראשונה לנשים מניקות. בקטגוריה זו נכללים מספר מצומצם של רכיבים אשר רמות נמוכות שלהם בתזונת האם המניקה עלולות להוביל לחסרים ביונק, ואשר ניתנות לשיפור בחלב ע"י שיפור תזונתו אצל האם.

ויטמין B12 קשור לחלבון נושא haptocorrin, אשר נימצא בחלב אם ברמות גבוהות מאוד שבדם, דבר הפוגע באמינות התוצאות בשיטות סטנדרטיות. בדיקת MyMilk לויטמין B12, פרי פיתוחה הייחודי של החברה, מבוססת על שיטת ECLIA (electrochemiluminescence immunoassay) ומאפשרת מדידה מדויקת של ויטמין B12 בחלב אם. רמות גבוהות במיוחד של חלבון קושר עשויות לפגוע במהימנות הבדיקה ולהביא לתוצאה נמוכה מהערך האמיתי. רמות החלבון הקושר haptocorrin בחלב אם עלולות עם גיל התינוק ולכן מומלץ לבצע בדיקה זו בחלב בוגר בין 3 שבועות עד 6 חודשים מהלידה.

ריכוז ויטמין B12 בחלב הינו גבוה יותר בשבועות הראשונים לאחר הלידה ואינו מייצג רמות בחלב בוגר. בנשים בתזונה מאוזנת, רמות הויטמין בחלב בוגר יציבות יחסית החל מהשבוע השלישי לאחר הלידה. ריכוז הויטמין בחלב עולה מאד בתהליך גמילה מהנקה.



נוטריאנטים בעדיפות ראשונה לנשים מניקות

רכיבים תזונתיים, ויטמינים ומינרלים, אשר רמתם בחלב אם מושפעת במהירות ובצורה משמעותית מתזונת האם או הסטטוס בגופה ואשר עלולים להימצא בחסר בחלב האם. השלמת החסר אצל האם (במזון או כתוסף מזון) מעלה רמות בחלב ומשפרת את סטטוס התינוק.

בקבוצה נכללים: תיאמין (ויטמין B1) ריבופלאבין (ויטמין B2) ויטמין B6, ויטמין B12, רטינול (ויטמין A), ויטמין D, סלניום, יוד, כולין.

נוטריאנטים בעדיפות שניה

נוטריאנטים שרמתם בחלב אינה מושפעת מתזונת האם או מהסטטוס בגופה, אולם רמת הנוטריאנט מסוג זה בגוף האם תדלדל כאשר הצריכה נמוכה מהמקומות המופרשת בחלב. מתן תוספים משפר את מצב האם ולא התינוק. בקבוצה נכללים: חומצה פולית, סידן, ברזל, אבץ, ונחושת.

מגמות עולמיות – היכן את עומדת?

דיווחים וסקרים עולמיים מעידים כי חסרים תת-קליניים (ללא הופעת סימפטומים) הינם נפוצים בכל חלקי העולם, וכי צריכת ויטמין B12 באורח החיים המודרני נמצאת מתחת למומלץ לנשים מניקות.

רמות שוליות וחסרים בוויטמין B12 נפוצים כאשר מקורות מן החי כגון בשר, מוצרי חלב, ביצים ודגים בתזונה מוגבלים. סיכון למצב תת-מיטבי בוויטמין B12 אינו מוגבל לצמחוניים או טבעוניים, וכולל גם נשים אשר תפריטן היומי דל במוצרים מן החי.

! לפי האקדמיה הלאומית בארה"ב ויטמין B12 בחלב האם מושפע יותר מרמת ויטמין זה בתזונתה הנוכחית של האם מאשר המאגרים הקיימים בגופה.

בדיקת MyMilk לויטמין B12 בחלב אם

- ✓ לניטור רמות ויטמין B12 בחלב האם האישי שלך
- ✓ להבנת האפשרות לשיפור ויטמין B12 בחלב האם שלך בשלב קריטי זה של התפתחות תינוקך
- ✓ לאיתור תינוקות אשר נמצאים בקבוצת סיכון לפתח חסרים במחצית השניה של השנה הראשונה לחייהם.

זיהוי מוקדם של רמות תת אופטימליות של ויטמין B12 בחלב אם חשוב למניעת חסרים בגוף התינוק, לשמירת מאגרים ולהתפתחות מיטבית של תינוקך.

כי החלב שלך הוא המזון החשוב ביותר בעולם

רמות ויטמין B12 בחלב האם מושפעות מאוד מתזונת והרגלי האם. נשים אשר תזונתן נעדרת או חסרה במזונות מן החי נמצאות בסיכון לפתח רמות נמוכות באופן יחסי של ויטמין B12 בגופן ובחלב שלהן.



תוצאות הבדיקה מלוות בהמלצות תזונה לאם מבוסס אלגוריתם שפותח ע"י המדעי של מיימילק בשילוב שאלון לגבי הרגלים אשר מולא ע"י האם.

למי הבדיקה מיועדת הבדיקה מיועדת לנשים מניקות באופן בלעדי אשר ממעיטות בצריכת מזונות מן החי או נשים בקבוצת סיכון לבעיות ספיגה של הויטמין (שאובחנו במצבים הבאים: צליאק, אנמיה ממארת, קרוהן, ניתוח קיבה, דלקת מעי כרונית). יש לבצע את הבדיקה החל מהשבוע הרביעי לאחר הלידה ועד 6 חודשים לאחר הלידה.

דגימת חלב אם. יש לדגום חלב 15 מ"ל, פעמיים לאורך יממה (לפחות 4-6 שעות בין הדגימות) לתוך הכלים הייעודיים, בהתאם להנחיות המצורפות בערכת הדגימה. מומלץ לספק דוגמה משאיבה מלאה. באם שאיבה אינה מתאפשרת יש לספק דגימת זרם אמצעי כ 3 דק לאחר תחילת הנקה.

בדיקת MyMilk לויטמין B12 אינה בדיקה דיאגנוסטית ולא מאבחנת חסרים קליניים באם או בתינוק. בכל מקרה לחשד של חסרים בוויטמין, יש להתייעץ עם גורם מטפל באופן פרטני.

מעבדות MyMilk

מרכז חדשנות לדיאגנוסטיקה בחלב אם

בדיקות מעבדה רפואית בחלב אם

MyMilk הוא מרכז דיאגנוסטי לחלב אם המאפשר לאמהות מניקות לקבל מידע אישי לגבי תכונות החלב שלהן.

מעבדת MyMilk מציעה בדיקות מעבדה רפואיות בחלב אם במספר קטגוריות: הרכב תזונתי, תבחין לכניסת חלב, דיאגנוסטיקה של דלקת שד וקנדידה וממד היגינה לחלב שאוב. חברה מספקת פתרונות ייעודיים לבדיקות בחלב אם, הכוללים פיתוח שיטות מעבדה ייחודיות המיועדות לבדיקות בחלב אם ופיתוח כלים פרה-אנליטיים הכוללים ערכה ייעודית לדגימת ושימור חלב אם לאנליזה מאוחרת מדוייקת ומהימנה. צוות MyMilk כולל מדענים, עובדי מעבדה רפואית, כימאים, ביולוגים, מומחי אנליטיקה, יועצת הנקה, ודיאטנית.


חזון MyMilk הוא עידוד הנקה ואיכות חלב אם באמצעים מבוססי מדע, לטובת האם והתינוק.



איך זה עובד?

בדיקות לחלב אם בארבעה שלבים פשוטים

1. הזמנת בדיקה באתר הבית 
www.mymilk.co.il

2. דגימת חלב אם לפי ההנחיות בערכת הדגימה ורישום הקיט. 

3. איסוף דוגמת החלב אל מעבדות MyMilk ע"י שליח 

4. קבלת תוצאות מעבדה והמלצות בחשבון האישי באתר 

מעוניינת לבדוק את החלב שלך?

www.mymilk.co.il

contact@mymilklab.com

שירות הודעות 073-241-7737



mymilk
מרכז דיאגנוסטיקה
בחלב אם

בדיקת MyMilk

לויטמין B12 בחלב אם

חלב אם. הסטנדרט בתזונת תינוקות להתפתחות מיטבית ובריאות התינוק

חלב אם, אינו רק עשיר ברכיבים תזונתיים אלא מכיל בנוסף תאים חיים, נוגדנים, אנזימים וגורמי גדילה החיוניים לבריאות והתפתחות התינוק בינקותו ולמשך שנים רבות אח"כ. משרד הבריאות, האקדמיה האמריקאית לרפואת ילדים ואירגוני בריאות בינלאומיים ממליצים על הנקה בלעדית ללא תוספות עבור תינוקות בריאים שנולדו במועד למשך שישה חודשים לאחר לידה והמשך הנקה עד גיל שנה לפחות במקביל להכנסת מזונות משלימים (מוצקים)