

Vitamine B12 : une arme anti-Alzheimer

Par *admin*

Créé le 28/10/2010 - 23:00

Vitamine B12 : une arme anti-Alzheimer

Jeudi, 28/10/2010 - 22:00 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Durant 7 ans, les chercheurs ont prélevé du sang chez 271 Finlandais de 65 à 79 ans. A l'origine, aucun ne présentait de signes de démence. Au cours de l'étude cependant, 17 de ces volontaires ont développé la maladie d'Alzheimer.

Ces derniers présentaient une concentration en homocystéine plus élevée. Cet acide aminé était déjà connu pour constituer un facteur de risque cardiovasculaire. Dans ce cas précis, l'étude a révélé que plus concentration en homocystéine était élevée, plus le risque de développer la maladie d'Alzheimer était accru. Or les auteurs ont aussi observé que des niveaux élevés de vitamine B12 faisaient baisser les taux de l'acide aminé incriminé.

Pour le Dr Babak Hooshmand, de l'Institut Karolinska de Stockholm en Suède, cette découverte est encourageante. Il déplore cependant « que la carence en vitamine B12 soit fréquentes chez les seniors ». Selon lui, « les recherches sur le rôle de la vitamine B12 comme marqueur du risque de maladie d'Alzheimer sont donc nécessaires. »

Rappelons que la vitamine B12 est présente dans certaines viandes (rognons et foie de boeuf ou de veau...), dans les oeufs, les crustacés ou encore dans des poissons comme le hareng, le maquereau, le saumon ou le thon. Une preuve supplémentaire que ces derniers sont bons pour la mémoire...

[Yahoo](#)

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- [Tweeter](#)
-

- **Nombre de consultations :** 142
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
 - [Facebook](#)
 - [Viadeo](#)
 - [Twitter](#)
 - [Wikio](#)

[Médecine](#) [démence](#) [homocystéine](#) [Institut Karolinska de Stockholm](#) [maladie d'Alzheimer](#) [vitamine B12](#)

URL source: <https://www.rtflash.fr/vitamine-b12-arme-anti-alzheimer/article>