

Vitamin C i blodplasma

Bakgrund	Vitamin C (askorbinsyra) är nödvändigt för flera viktiga funktioner i kroppen. Det är bland annat en viktig vattenlöslig antioxidant som på egen hand kan fånga upp reaktiva syreföreningar och det hjälper också till vid återskapandet av den fettlösliga vitamin E. Om vi äter livsmedel som innehåller vitamin C kommer det att tas upp i kroppen och vitaminet förbättrar också kroppens upptag av järn. Höga halter av C-vitamin finns exempelvis i grönsaker, citrusfrukter, bär, paprika, nypon, svarta vinbär, röda vinbär och jordgubbar. Höga plasmahalter kan ses som markörer för frukt- och grönsaksintag. Då vitamin C är vattenlösligt lagras det inte i kroppen utan det måste tillföras dagligen.
Prov	Fem ml blod samlas i vacutainerrör med tillsats av Na-EDTA (lila kork) eller heparin (grön kork). Efter att blodet svalnat centrifugeras det under 15 minuter vid 1000 g g eller på det sätt som helblod normalt brukar centrifugeras då blodplasma ska tas fram. Plasma (500 µl) förs sedan över till nytt rör och blandas med 500 µl 10 % metafosforsyra (erhålles från laboratoriet). Efter att provet blandats genom att röret vänts cirka 10 ggr fryses det i -20° C.
Provtagningsid	Provet ska tas fastande på morgonen.
Förvaring och sändning	Prov skickas frysta i till laboratoriet väl packade i frigolitlåda med frysklappar eller kolsyreis. Kontrollera med Posten att försändelsen når laboratoriet nästkommande dag. Meddela laboratoriet innan proven sänds.
Analyskostnad	Se prislista. Minst 10 prover krävs för att analysen ska utföras.
Provsva	Lämnas normalt inom 3 veckor.
Information	Tfn. 010-103 44 10 Per Leanderson

Senast uppdaterad; 200304/PL