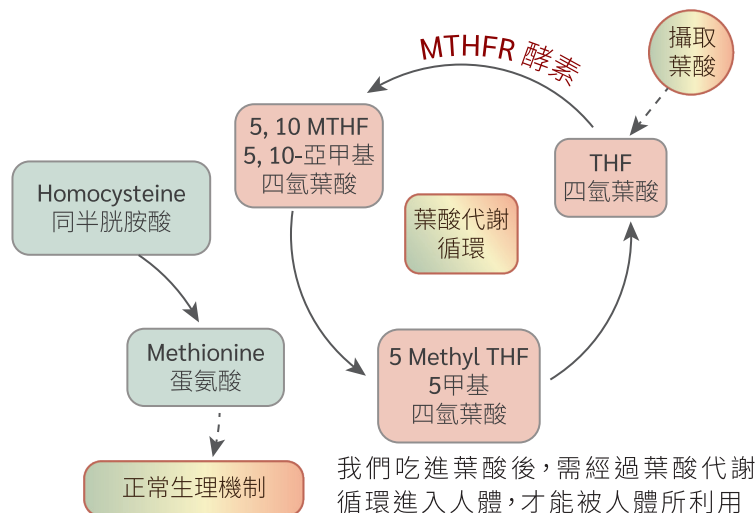


葉酸代謝基因檢測-MTHFR基因

高風險注意事項

葉酸代謝的途徑

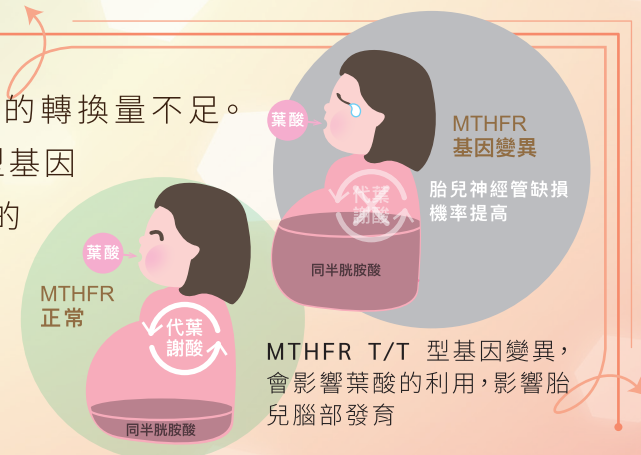
葉酸(folate)是一種水溶性B群維生素，參與人體內的代謝反應，為細胞合成DNA、RNA的重要物質，也與細胞分裂有關；而發育中的胎兒，更是需要葉酸，協助神經管發育。當我們吃進葉酸後，需經過代謝，轉換成人體可吸收的葉酸。而MTHFR酵素在其中佔有重要的地位。



葉酸代謝基因MTHFR異常

當MTHFR基因異常時，此種酵素就會缺乏，導致葉酸的轉換量不足。

MTHFR基因目前臨床上發現超過40種異常，其中T/T型基因缺陷最為常見。這樣的異常會造成媽媽無法供給足夠的葉酸給胎兒，若懷孕初期若缺乏葉酸，容易發生神經管缺陷，影響腦部及脊椎的正常發育，更有可能發生自發性流產、早產、嬰兒體重過輕等情形。



如果檢驗為高風險，該怎麼辦？

若您檢測的結果為高風險，也不用太過於擔心。建議媽媽在懷孕前或懷孕初期增加葉酸的攝取；若是懷過神經發育缺陷胎兒的孕婦，則需要在醫師建議下，補充高劑量葉酸或活性葉酸，藉此避免葉酸量不足的問題。此外，只要孕期定期以高層次超音波追蹤，不需要過度擔心，心情放鬆，寶寶才會更健康。若需進一步諮詢，請洽專業臨床醫師或遺傳諮詢員。

建議每日葉酸攝取量（單位：毫克）

成人	0.4
孕婦	0.6
哺乳期	0.5
曾懷過神經管缺陷胎兒的孕婦	5 或 活性葉酸

參考資料：中華民國衛生福利部-國人膳食營養素參考攝取量修訂第七版