

هو عدم كفاية الامتصاص. يمكن لما يلي أن يسبب عدم كفاية الامتصاص: فرط نمو B12 السبب الأكثر شيوعاً لنقص فيتامين الجراثيم في جزء من الأمعاء الدقيقة ضعف الامتصاص (اضطرابات سوء الامتصاص مثل الداء البطني "الزلاقي" أو بعض الأدوية B12 اضطرابات البنكرياس) جراحة السمنة لتخفيف الوزن الجراحة التي تستأصل جزء الأمعاء الدقيقة الذي يمتص فيتامين مثل مضادات الحموضة والميتفورمين (المستعمل في معالجة داء السكري) فقد العامل الداخلي نقص حموضة المعدة (شائع بين كبار السن) قد يُفقد العامل الداخلي نتيجة وجود الأجسام المضادة الغير طبيعية التي يُنتجها جهاز المناعة المفرط النشاط، حيث تهاجم وتُخرّب خلايا المعدة التي تنتج العامل الداخلي - تسمى ردة فعل المناعة الذاتية بالتهاب المعدة الضموري الحؤولي قد يُفقد العامل الداخلي أيضاً نتيجة الاستئصال الجراحي. *autoimmune metaplastic atrophic gastritis* بالمناعة الذاتية *pernicious anemia* الناجم عن فقد العامل الداخلي بفقر الدم الوبيل B12 لجزء المعدة المسؤول عن إنتاجه. يُسبب نقص فيتامين قد يكون الامتصاص غير كافٍ عند كبار السن نتيجة نقص حموضة المعدة؛ لأن نقص حموضة المعدة يُقلل من قدرة *anemia* من البروتين الموجود في اللحوم. عدم كفاية التخزين B12 الجسم على نزع فيتامين