

Foolhape seerumis

Foolhape (Fol) kuulub B-vitamiinide rühma.

Ta on vajalik rakkude kasvuks ja paljunemiseks, eriti vereloome normaalseks talitluseks. Raseduse ajal on ta vajalik loote arenguks. Foolhapet leidub enamikes toiduainetes, eriti taimses toidus. Prooviandmiseks on soovitatav eelnevalt paastuda 8 tundi.