

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Spożywanie ryb korzystnie wpływa na rozwój płodu

Korzyści wynikające z częstego spożywania ryb przez ciężarne kobiety przewyższają ryzyko związane z działaniem zawartej w nich metylortęci - wynika z badań opublikowanych w "Journal of Nutrition".



Metylortęć jest jednym z organicznych związków rtęci o wysokiej toksyczności. W środowisku jej źródłem jest m.in. produkcja przemysłowa i przeprowadzany przez mikroorganizmy w wodzie i glebie proces metylacji rtęci. Do organizmu może być wchłaniana drogą wziewną, pokarmową i przez skórę. Tam wiąże się z białkami i transportowana jest m.in. do mózgu, nerek i wątroby.

Wśród ryb najwięcej rtęci zawierają drapieżniki, m.in. tuńczyk, halibut czy szczupak. Im wyżej w łańcuchu pokarmowym znajduje się ryba, tym więcej rtęci gromadzi.

Ze względu na możliwość przenikania związku przez łożysko Amerykańska Agencja ds. Żywności i Leków (FDA) zaleca, by ciężarne kobiety nie spożywały ryb częściej niż dwa razy w tygodniu oraz unikały ryb dużych.

Międzynarodowy zespół naukowców postanowił sprawdzić, w jaki sposób spożywanie ryb przez matkę wpływa na późniejszy rozwój dziecka. W tym celu przebadali 225 kobiet z dziećmi. Po zebraniu szczegółowych informacji na temat diety oraz przeprowadzeniu serii testów sprawdzających kompetencję językową i inteligencję dzieci do 5. roku życia badacze nie stwierdzili żadnego szkodliwego wpływu metylortęci na rozwój. Zaobserwowano natomiast pozytywny związek ekspozycji na wielonienasycone kwasy tłuszczowe (zwłaszcza DHA) z rozwojem językowym w wieku przedszkolnym.

Badania prowadzone były na Seszelach, gdzie spożycie ryb jest niemal dziesięciokrotnie wyższe niż w Stanach Zjednoczonych, przy czym poziom zawartej w nich metylortęci jest porównywalny.

"Wielonienasycone kwasy tłuszczowe mogą redukować stan zapalny wywołany w mózgu przez metylortęć. Zależność ta wygląda jednak na złożoną i dopiero zaczynamy ją rozumieć" - mówi prowadzący badania dr Gary Myers z Uniwersytetu Rochester.

źródło: www.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosc/16101.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

[Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy