

### [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://www.pap.pl)  
<http://laboratoria.net/aktualnosc/16101.html>



02-07-2024

## [Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

## [Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

## [Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

## **DLaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?**

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

## **Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu**

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

## **Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu**

Informuje "Nature".



02-07-2024

## **Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół**

