

[Akceptuje](#)

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](#)

Kwasy tłuszczowe mogą zapobiegać dziecięcej astmie

Podawane w czasie ciąży suplementy kwasów tłuszczowych mogą zapobiec wystąpieniu astmy u dziecka - informuje "New England Journal of Medicine".

Jak wykazali naukowcy z University of Waterloo (Kanada) we współpracy z duńskimi ekspertami z uniwersytetu w Kopenhadze, przyjmowanie suplementów kwasów tłuszczowych omega-3 podczas ciąży może zmniejszać ryzyko astmy u dziecka o niemal jedną trzecią. Głównym wkładem kanadyjskich naukowców był pomiar poziomu kwasów tłuszczowych we krwi ciężarnych kobiet - jako jedni z nielicznych mają odpowiednią do tego zadania aparaturę.

Badania Copenhagen Prospective Studies on Asthma in Childhood (COPSAC) objęły 695 kobiet. Części z nich w trzecim trymestrze ciąży przepisano dawkę 2,4 grama długołańcuchowych kwasów tłuszczowych omega-3. Jak się okazało, ich monitorowane do piątego roku życia dzieci o 31 proc. rzadziej chorowały na astmę w porównaniu z grupą kontrolną. W przypadku poważnego niedoboru omega-3 ryzyko astmy spadało dzięki suplementacji aż o 54 proc.

Długołańcuchowe kwasy tłuszczowe omega-3, takie jak eikozapentaenowy (EPA) i dokozaheksaenowy (DHA) występują w dużych ilościach między innymi w tłustych rybach, oleju lnianym i orzechach włoskich. Mają korzystny wpływ na zdrowie - między innymi regulują funkcjonowanie układu odpornościowego i działają przeciwzapalnie.

Typowa „zachodnia”, zwłaszcza amerykańska dieta zawiera zbyt mało omega-3. Natomiast bogata w te kwasy jest dieta śródziemnomorska czy japońska. Dlatego mieszkanki USA i Kanady powinny odnieść największą korzyść z suplementacji - nie tylko podczas ciąży.

Częstość występowania astmy i pokrewnych zaburzeń oddechowych w zachodnich społeczeństwach wzrosła w ostatnich dziesięcioleciach o ponad 100 proc. Tego rodzaju problemy pojawiają się u co piątego dziecka - jeszcze nim pójdzie do szkoły.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/26580.html>



14-01-2025

Targi LABS EPXO 2025

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

[Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients”.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks](#)

[sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy