

[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](#)

Cholina pomaga kwasom omega-3 docierać do płodu

Badania naukowców z Uniwersytetu Cornell w Nowym Jorku wykazały, że przyjmowanie choliny w czasie ciąży wspomaga metabolizm komórkowy, dzięki czemu kwasy omega-3 są

skuteczniej wykorzystywane przez organizm - informuje „American Journal of Clinical Nutrition”.

Cholina to bardzo ważny składnik odżywczy w czasie ciąży, stymulujący prawidłowy rozwój układu nerwowego dziecka. Badacze wykazali, że jej wysoki poziom u kobiet w ciąży łagodzi reakcję noworodka na stres, pozytywnie wpływa na przetwarzanie informacji oraz koncentrację. W przypadku przyszłych matek zmniejsza z kolei ryzyko stanu przedrzucawkowego.

Do badań (DOI: 10.1093/ajcn/nqac147) rekrutowano 30 kobiet w 12.-16. tygodniu ciąży. Uczestniczki podzielono na dwie grupy. Pierwsza przyjmowała dziennie 500 miligramów choliny plus 50 miligramów choliny z deuterem, co umożliwiło śledzenie jej w organizmie. Druga grupa przyjmowała jedynie 25 miligramów choliny z deuterem dziennie. Wszystkie kobiety przyjmowały jednocześnie codziennie 200 miligramów DHA.

Obserwując podróż oznakowanej choliny naukowcy zaobserwowali, że wchodzi ona w reakcję metylacji fosfatydyloetanolaminy, w wyniku czego powstaje fosfatydylocholina, która następnie zostaje wzbogacona przez DHA. W tej formie omega-3 wydostaje się z wątroby do krwioobiegu matki i trafia do wszystkich tkanek, a także do łożyska.

„Wyniki tych badań sugerują, że suplementacja choliną może pomóc zwiększyć skuteczność działania DHA podczas ciąży przy niższych dawkach DHA w suplementach” - komentuje autor dr Kevin Klatt.

Źródło: pap.pl

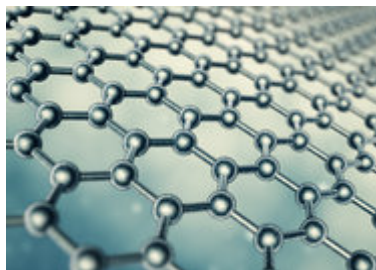
<http://laboratoria.net/aktualnosci/31311.html>



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 populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach](#)

[multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy