

[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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/16101.html>



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

[W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

[3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy