

### [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](#)

## Żucie gumy bez cukru może zapobiegać przedwczesnym porodom

Żucie gumy bez cukru zmniejsza ryzyko przedwczesnego porodu i niskiej wagi urodzeniowej dziecka - sugerują wyniki 10-letnich, wielośrodkowych badań ogłoszone podczas

## **wirtualnego dorocznego zjazdu Society for Maternal-Fetal Medicine (SMFM).**

Co roku około 15 milionów dzieci rodzi się przedwcześnie (poród przed 37. tygodniem ciąży), a według Światowej Organizacji Zdrowia liczba ta rośnie. Wcześniaki są bardziej narażone na poważne problemy zdrowotne.

W ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat wiele badań wykazało związek między złym stanem zdrowia jamy ustnej a częstszym występowaniem przedwczesnych porodów. Naukowcy przyjrzeni się różnym sposobom na poprawę zdrowia zębów w czasie ciąży, w tym „dogłębnyemu czyszczeniu zębów”, które polega na usuwaniu płytki nazębnej z zębów i poniżej linii dziąseł. Pomimo poprawy stanu dziąseł, metody głębokiego czyszczenia zębów nie okazały się skuteczne w zapobieganiu przedwczesnym porodom.

Ale teraz naukowcy odkryli łatwy i niedrogi sposób na poprawę zdrowia jamy ustnej i ograniczenie porodów przedwczesnych. Ogłosili wyniki sugerujące, że codzienne stosowanie gumy do żucia z ksylitolem rozpoczęte przed zajściem w ciążę lub we wczesnej ciąży znacznie zmniejszyło liczbę przedwczesnych porodów. Ksylitol to alkohol naturalnie występujący w owocach i warzywach, powszechnie stosowany jako substytut cukru w gumie do żucia.

Badanie, największe tego typu, trwało 10 lat i objęło 10 069 kobiet w południowo-środkowym afrykańskim kraju Malawi, gdzie występuje największa liczba porodów przedwczesnych na świecie. Większość Malawijczyków mieszka na obszarach wiejskich, co szczególnie utrudnia prowadzenie badań tej wielkości.

Randomizowane badanie klastrowe obejmowało kobiety z ośmiu ośrodków zdrowia w Malawi i zostało zatwierdzone przez tamtejsze Ministerstwo Zdrowia. Uczestniczki zgłosiły się dobrowolnie i wyraziły zgodę na udział przed zajściem w ciążę lub w ciągu 20 tygodni od zajścia w ciążę. Wszystkie osiem ośrodków zdrowia przekazywało wiadomości dotyczące opieki zdrowotnej promujące higienę jamy ustnej oraz profilaktykę i opiekę nad przedwczesnym porodem, podczas gdy połowa z ośmiu ośrodków została losowo przydzielona, aby zapewnić ciężarnym kobietom również gumę do żucia z ksylitolem.

W czterech ośrodkach zdrowia, które służyły jako grupa kontrolna, 5520 uczestniczek otrzymało podstawową edukację w zakresie zdrowia okołoporodowego i jamy ustnej, w tym rzeczy, które mogły zrobić, aby zmniejszyć ryzyko przedwczesnego porodu. W pozostałych czterech ośrodkach 4549 zapisanych uczestniczek również otrzymało tę samą edukację zdrowotną. Dodatkowo podano im gumę do żucia z ksylitolem i poinstruowano, aby przez cały okres ciąży żuły gumę codziennie przez 10 minut, najlepiej dwa razy dziennie.

Spośród 9670 uczestniczek, z którymi możliwy był kontakt w ciągu sześciu lat obserwacji, wyniki wykazały znaczną redukcję przedwczesnych porodów wśród kobiet, które żuły gumę zawierającą ksylitol (12,6 proc. w porównaniu do 16,5 proc.) i występowania niższej (mniejszej niż 2500 gramów) masy urodzeniowej (8,9 proc. w porównaniu do 12,9 proc.). Uczestnicy zauważyli również poprawę stanu zdrowia jamy ustnej.

„Stosowanie gumy do żucia z ksylitolem jako interwencji przed 20. tygodniem ciąży zmniejszyło liczbę porodów przedwczesnych, a w szczególności porodów przedwczesnych pomiędzy 34 a 37 tygodniem - powiedziała prof. Kjersti Aagaard z Texas Children's i Baylor College of Medicine w Houston, główna autorka badania. - Kiedy analizowaliśmy dzieci według masy urodzeniowej, zamiast szacowanego wieku ciążowego w momencie porodu, podobnie wykazaliśmy znaczną poprawę masy urodzeniowej ”.

Aagaard dodaje: „Wyjątkowe w naszym badaniu jest to, że zastosowaliśmy łatwo dostępne, niedrogie i smaczne środki, aby zmniejszyć ryzyko zbyt wczesnego porodu lub urodzenia zbyt małego dziecka. Za wyborem gumy do żucia z ksylitolem w celu poprawy zdrowia jamy ustnej kryje się prawdziwa nauka. Jest to zgodne z istniejącymi od dawna dowodami łączącymi zdrowie jamy ustnej z porodami przedwczesnymi”.

Autorzy chcą przeprowadzenia dalszych badań w innych rejonach świata, w tym w USA, aby ustalić, czy ta metoda będzie skuteczna w warunkach mniejszego ryzyka przedwczesnego porodu związanego ze zdrowiem jamy ustnej.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31099.html>



30-03-2026

## [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia](#)

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

## [Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...](#)

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

## [Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

## [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

## [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

## [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed](#)

## salmonellą

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

## Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

## Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

**Informacje dnia:** [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

**Partnerzy**