

### [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.

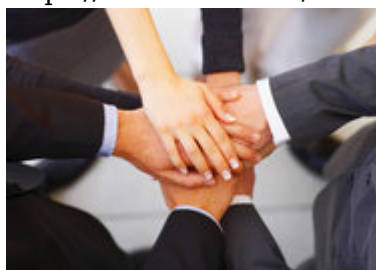
„Stosowanie gumy do żucia z ksylitolem jako interwencji przed 20. tygodniem ciąży zmniejszyło liczbę porodów przedwczesnych, a w szczególności porodów przedwczesnych pomiędzy 34 a 37 tygodniem - powiedziała prof. Kjersti Aagaard z Texas Children's i Baylor College of Medicine w Houston, główna autorka 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>



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

**Partnerzy**