

### [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

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



21-05-2026

## **Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej**

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## **Kleszcz to tylko pośrednik**

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## **Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy**

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

## **Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk**

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

## **Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni**

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

## [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

## [Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

## [Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę](#)

Informuje "The Lancet".

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczzerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz](#)

[to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

## **Partnerzy**