

[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](#)

Kobiety w ciąży i planujące dziecko powinny zrezygnować z kofeiny

Kolejne badania sugerują, że właściwie każda ilość kofeiny szkodzi przyszłym matkom. Rośnie ryzyko poronienia, porodu martwego dziecka, jego niskiej wagi i wzrostu, białaczki

u dziecka, nadwagi i otyłości.

Naukowcy z Uniwersytetu w Rejkiawiku na łamach „BMJ Evidence Based Medicine” opisali analizę badań oraz meta-analiz badań sprawdzających wpływ kofeiny na przebieg ciąży. W recenzowanych pismach naukowych autorzy opracowania znaleźli prawie 1300 tego typu publikacji, z czego wybrali 48.

Jak podkreślają, kobiety w ciąży zwykle są informowane, że mogą spożywać niewielkie ilości kofeiny bez narażania dziecka. Według brytyjskiego National Health Service, Dietary Guidelines for Americans oraz European Food Safety Authority bezpieczna ilość kofeiny to 200 mg, czyli ok. dwóch filiżanek średnio mocnej kawy.

Prawdopodobnie jednak także i to jest zbyt dużo - sugerują.

Badacze szukali informacji odnośnie spożycia kofeiny i takich zaburzeń jak poronienie, poród martwego dziecka, niska masa i wzrost, przedwczesny poród, ostra białaczka u dziecka, nadwaga i otyłość dziecięca.

Naukowcy twierdzą, że „znacząca większość wyników badań obserwacyjnych oraz meta-analiz wskazuje, że konsumpcja kofeiny przez matkę wiąże się z głównymi negatywnymi zjawiskami dotyczącymi ciąży”.

Analiza nie pokazała tylko związku z przedwczesnym porodem. Badania często wskazywały przy tym na znaczenie ilości spożywanej kofeiny, ale także na brak bezpiecznej dawki.

Badacze zwracają uwagę, że badania miały charakter obserwacyjny, więc nie mogły z całą pewnością wykazać zależności przyczynowo-skutkowych.

Jednak wykazywana często zależność skutków od dawki oraz brak bezpiecznej ilości kofeiny sugerują, że kofeina szkodzi dzieciom.

Zdaniem autorów nowej publikacji dzisiejsze zalecenia wymagają rewizji. „Obecne dowody nie przemawiają za zaleceniami, według których umiarkowane spożycie kofeiny w czasie ciąży jest bezpieczne. Przeciwnie, naukowe dowody łącznie pokazują, że kobietom w ciąży oraz planujące ciążę powinno się zalecać rezygnację z kofeiny” - piszą autorzy publikacji.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29951.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

Galaktyki są dużo większe, niż sądzono

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy