

[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

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31311.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