

[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>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych](#)

[Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy