



Deutsche Gesellschaft für Nährstoffmedizin
und Prävention (DGNP) e. V.

DHA in der Schwangerschaft verbessert Aufmerksamkeitsverhalten von Vorschulkindern

Die Ergebnisse einer aktuellen Studie untermauern die Bedeutung einer pränatalen **Docosahexaensäure** (DHA)-Einnahme für die kognitive Entwicklung des Nachwuchses. Das Wissenschaftlerteam um Ramakrishnan untersuchte die Wirkung einer DHA-Supplementierung der Mutter auf die kognitive Entwicklung des Nachwuchses im Alter von fünf Jahren. Studienteilnehmerinnen hatten zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt täglich entweder 400 mg DHA oder ein Placebo eingenommen.

Ergebnisse

Die Ergebnisse zeigten, dass Kinder im Alter von 5 Jahren, deren Mütter in der Schwangerschaft DHA eingenommen hatten, ein signifikant besseres Aufmerksamkeitsverhalten aufwiesen als die anderen.

Zusammenfassung

DHA spielt bereits in der Schwangerschaft eine wichtige Rolle und kann das Aufmerksamkeitsverhalten von Kindern im Vorschulalter positiv beeinflussen.

Ramakrishnan U, Gonzalez-Casanova I, Schnaas L, DiGirolamo A, Quezada AD, Pallo BC, Hao W, Neufeld LM, Rivera JA, Stein AD, Martorell R.

Prenatal supplementation with DHA improves attention at 5 y of age: a randomized controlled trial. Am J Clin Nutr. 2016 Oktober; 104(4): 1075-82