



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

## **LIFE-Studie: Vitalstoffe verhindern Fehlgeburten**

Die tägliche Einnahme von **Vitalstoffen** kann das Risiko für eine Fehlgeburt minimieren. In der LIFE-Studie untersuchten Wissenschaftler Einflussfaktoren, die eine Fehlgeburt begünstigen. Insgesamt 344 Paare wurden zu ihrem Lebensstil in der Phase der Präkonzeption, der frühen Schwangerschaft und der Perikonzeption befragt. Bei den Schwangerschaften handelte es sich um Einlingsschwangerschaften. Die Paare wurden vor der Schwangerschaft ausgewählt.

### **Ergebnisse**

In 28 % der Fälle kam es zu einer Fehlgeburt. Neben dem bekannten Risikofaktor des Alters der Mutter (> 35 Jahre), hatten Frauen mit einer regelmäßigen Vitalstoffzufuhr in der präkonzeptionellen Phase ein 55 % geringeres Risiko für eine Fehlgeburt im Vergleich zu den anderen Frauen (Hazard Ratio (HR): 0,45; 95 % Konfidenzintervall (KI): 0,25 - 0,80). Der positive Effekt der Vitalstoffe konnte auch in den Phasen der Frühschwangerschaft und Schwangerschaft beobachtet werden.

### **Zusammenfassung**

Die Einnahme von Vitalstoffen, schon bei Kinderwunsch, kann das Risiko für ungewollte Aborte minimieren. Dies gilt insbesondere für Risikogruppen wie beispielsweise ältere Schwangere.

Buck Louis GM, Sapra KJ, Schisterman EF, Lynch CD, Maisog JM, Grantz KL, Sundaram R.  
Lifestyle and pregnancy loss in a contemporary cohort of women recruited before conception: The LIFE Study.  
Fertil Steril. 2016 März