



23. december 2016

Fiskeolie under graviditeten reducerer barnets risiko for astma

ASTMA Hvis du er gravid, kan dit barn nyde godt af, at du supplerer din kost med fiskeolie. Et nyt studie fra Københavns Universitet viser, at børn har markant mindre risiko for at udvikle astma, hvis deres mødre har indtaget fiskeolie under sidste trimester af graviditeten.



Børn har markant mindre risiko for at udvikle astma, hvis deres mødre har indtaget fiskeolie under graviditeten. Det viser et nyt studie fra Copenhagen Prospective Studies on Asthma in Childhood (COPSAC) under Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet på Københavns Universitet. Forskerne har fulgt en gruppe gravide og deres børn siden 2010, og resultaterne er ikke til at tage fejl af. Der er en

tredjedel færre astmabørn blandt dem, hvis mødre har fået fiskeolie under sidste semester af graviditeten, fortæller klinisk professor og leder af COPSAC Hans Bisgaard.

“Fiskeolie indeholder langkædede fedtsyrer, og et højt niveau af dem hjælper til at reducere børnenes risiko for at udvikle astma. Effekten er tydeligst hos de kvinder, der i forvejen har et lavt niveau af fedtsyrerne, men alle de kvinder, der indtog fiskeolie i sidste semester af graviditeten, har mindsket deres børns risiko for at udvikle astma med minimum 32 procent. Der er ikke nogen negative effekter, selvom man indtager mere fiskeolie, end man har brug for. Derfor vil jeg anbefale fiskeolie til alle gravide i sidste trimester,” siger han.

Astma er den kroniske sygdom, der oftest optræder blandt børn. 20 procent af alle småbørn har astmatiske symptomer, og det er den hyppigste årsag til indlæggelser, lægebesøg og ordinerings af medicin til børn. Derfor er de nye resultater ikke kun vigtige for de enkelte mødre og deres børn, men kan også

spare samfundet for en masse udgifter, understreger Hans Bisgaard.

Behov for fiskeolie er arveligt

Tilbage i 2010 opdelte forskerne 736 kvinder, der alle var på vej ind i tredje trimester af graviditeten, i to grupper. Den ene gruppe fik en dosis fiskeolie hver dag under tredje trimester, mens den anden gruppe fik en dosis olivenolie. Først da børnene blev tre år gamle, fik kvinderne at vide, om de havde fået det ene eller det andet. I dag, fem år senere, er det tydeligt, at fiskeolien har nedsat risikoen for astma betydeligt. Forklaringen ligger i immunforsvaret, forklarer Hans Bisgaard.

”De langkædede fedtsyrer, som fiskeolie indeholder, er vigtige for immunforsvaret. Hvis cellemembranen ikke har den tilstrækkelige mængde af fedtsyrer, kan den ikke danne immunstoffer. Dermed bliver risikoen for at udvikle astma højere. Vores evne til at optage de her fedtsyrer er genetisk bestemt, så nogle er bedre til at optage dem end andre. Dem, som ikke er så gode til at optage fedtsyrerne, har brug for større mængder,” siger han.

Resultaterne er vigtige for forebyggelse af børneastma, men ifølge Hans Bisgaard, kan det også have betydning for en række andre sygdomme. Astma er en kronisk betændelsessygdom, og dermed er den i gruppe med for eksempel diabetes, gigt og tarmsygdomme. Tidligere studier har vist, at indgreb, der øger risikoen for astma, som for eksempel kejsersnit, ligeledes øgede risikoen for at udvikle andre kroniske betændelsestilstande senere i livet. Derfor er det Hans Bisgaards teori, at noget, der kan nedsætte risikoen for astma, også kan nedsætte risikoen for de andre sygdomme. Denne sammenhæng er dog ikke bevist.

Studiet ”Fish Oil-Derived Fatty Acids in Pregnancy and Wheeze and Asthma in Offspring” er netop publiceret i det videnskabelige tidsskrift New England Journal of Medicine og kan læses her.

Kontakt:

Klinisk professor og leder af COPSAC Hans Bisgaard, E-mail: bisgaard@copsac.com, Telefon: +45 39 77 73 63 / Mobil: +45 26 80 30 90

[Synes godt om](#) [Del](#) [Opret en profil](#) for at se, hvad dine venner synes godt om.

Kontakt

Klinisk professor og leder af COPSAC Hans Bisgaard
E-mail: bisgaard@copsac.com
Telefon: +45 39 77 73 63 / Mobil: +45 26 80 30 90

Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet
Københavns Universitet
Blegdamsvej 3B
DK-2200 København N

Kontakt:
SUND Kommunikation
kommunikation@sund.ku.dk