

Effect van voeding tijdens zwangerschap op voorkomen allergie

01-03-2010 | Zwangere vrouwen die veel groene en gele groenten en fruit met bèta-caroteen eten lijken minder kans te hebben op een kind met eczeem.

En hogere consumptie van vitamine E kan leiden tot minder astmaverschijnselen bij de baby. Dat blijkt uit Japans onderzoek, gepubliceerd in het blad Allergy.

De onderzoekers ondervroegen 763 Japanse vrouwen over hun dieet en de gezondheid van hun baby's op een leeftijd van 16 en 24 maanden. De hypothese was dat een westers dieet een beperkte hoeveelheid antioxidanten bevat en daardoor een hogere gevoeligheid voor infectie van luchtwegen.

De studie bekeek de relatie tussen allergie bij het kind en de consumptie van wortelen, pompoen, tomaat, paprika, broccoli en donkere bladgroenten zoals spinazie, tijdens de zwangerschap van de moeder.

Er was een significante relatie tussen hoge consumptie van de groenten door de moeder en minder eczeem bij het kind, maar er was geen effect op astma. Een hoge consumptie van vitamine E was gerelateerd aan minder astma.

Er werd geen aantoonbaar effect gevonden tussen de totale hoeveelheid groenten, of de hoeveelheid zink, terwijl in andere studies daarvan wel positief effect was gebleken. Ook werd in het Japanse onderzoek geen effect gevonden van consumptie van appels, terwijl een Nederlands onderzoek daar wel op wijst.

De relatie tussen bèta-caroteen en vitamine E en de allergieën was niet geheel overeenkomstig uitkomsten van andere studies en behoeft verder onderzoek, stellen de onderzoekers.

Bronnen: FoodHolland.nl en Praktijk-advance.nl