Фолиевая кислота предотвращает преждевременные роды

Автор: admin
15.05.2011 22:38 -

По данным медиков, у женщин, принимавших фолиевую кислоту не менее года перед началом беременности, значительно реже случаются преждевременные роды.В исследовании, проведенном под руководством доктора Радека Буковски (Radek Bukowski), в клинике города Галвестона, штат Техас, в 1999-2002 годах, приняло участие около 35000 беременных. Оказалось, что у женщин, принимавших фолиевую кислоту не менее года перед зачатием ребенка, на 70% реже случались роды на 20-28 неделе беременности.

У детей, родившихся значительно раньше срока, часто наблюдаются церебральный паралич, умственная отсталость, хронические заболевания легких и слепота. Женщины, принимавшие фолиевую кислоту не менее года перед зачатием, примерно на 50% реже рожали на 28-32 неделе беременности.

Беременность обычно продолжается около 40 недель.Ранее было установлено, что достаточное количество этого витамина группы В перед беременностью и во время нее помогает предотвратить серьезные дефекты головного и спинного мозга ребенка. Источниками фолиевой кислоты являются зеленые листья овощей, фрукты, сухой зеленый горох, орехи, а также обогащенные хлеб, крупы и блюда из злаков.