

Minder allergie en eczeem bij baby's door visolie



Het gebruik van Bio-Marine tijdens zwangerschap en lactatie verlaagt de kans dat de baby een allergie krijgt van 15% naar 2%. Het risico op eczeem daalde van 24% naar 8%. Onderzoek in Zweden onder 145 vrouwen laat zien dat Bio-Marine vergeleken met placebo een zeer sterke daling geeft op de kans dat het pasgeboren kind allergie en/of eczeem zal krijgen. De studie is in april 2009 gepubliceerd in het vakblad Pediatric Research.

De toediening van Bio-Marine werd gestart in de 25e week van de zwangerschap tot 3 maanden in de borstvoeding periode. De gebruikte dosering was hoog: 1,6 gr EPA en 1,1 gr DHA per dag. Dit komt neer op 3x daags 3 Bio-Marine capsules.

Minder capsules beter bij hoge dosering

De Zweedse onderzoekers hebben gekozen voor Bio-Marine omdat het product al lange tijd een uitstekend veiligheidsdossier heeft. Dat is vooral voor onderzoek met ongeboren kinderen van het grootste belang. Voor de moeders was het van groot belang om een hooggedoseerd preparaat te hebben dat goed wordt opgenomen. Bio-Marine bevat 35% EPA en 15% DHA. Bovendien bevat het visolie in de vorm van vrije vetzuren. Deze worden 50% beter opgenomen dan de meestal gebruikte triglyceriden. Door deze hoge concentratie en goede opneembaarheid kon men minder capsules gebruiken en kon het aantal vrouwen dat door de vele capsules zou stoppen zo klein mogelijk blijven. Met een dosering van 18% EPA en 12% DHA als triglyceride had men namelijk ruim 20 capsules per dag moeten slikken.

Verschil vrije vetzuren en triglyceriden

Verse vis bevat omega 3 in de vorm van triglyceride. Via het enzym lipase wordt deze vorm in het lichaam omgezet naar de bruikbare vorm van vrije vetzuren (rode bollen).

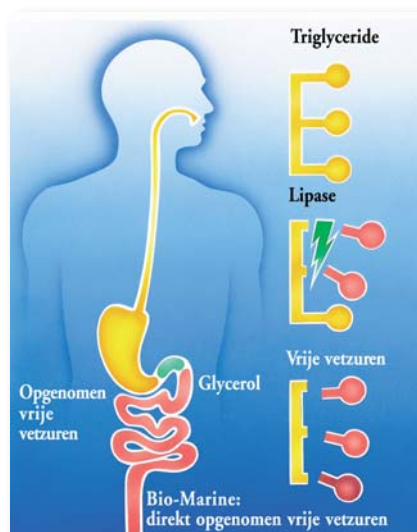
Deze omzetting verloopt niet zonder

verlies. Onderzoek laat zien dat eenderde van de ingenomen triglyceride niet wordt omgezet in vrije vetzuren. Je moet dus 3 gram tryglyceriden slikken om 2 gram vrije vetzuren in het lichaam te krijgen. Vrije vetzuren worden dus 50% beter opgenomen.

Het verschil in opneembaarheid is goed te zien. Omdat er geen omzetting nodig is neemt de hoeveelheid EPA+DHA in het bloed bij vrije vetzuren veel sneller toe dan bij triglyceriden.

Visserlatijn

Ethylesters is een visolie vorm die wordt gebruikt in geregistreerde geneesmiddelen. Deze vorm is veilig en werkzaam gebleken in onderzoek dat voor de registratie verricht is. Deze vorm mag in Zweden en Denemarken daarom niet gebruikt worden als voedingssupplement. Niet vanwege mogelijk gevaar, zoals sommigen beweren, maar vanwege de regelgeving. Een geregistreerde stof mag daar niet als voedingssupplement verkocht worden. Glucosamine mag in deze landen dan ook niet als voedings-supplement verkocht worden omdat er voor deze stof een geneesmiddelen-registratie is. Ook in Nederland wordt deze discussie gevoerd.



Tekst
Ewout Overeem

