



Verzichten Sie in der Schwangerschaft auf Ihren Kaffee.

Den meisten schwangeren Frauen wird gesagt, dass es keine Probleme bei der Schwangerschaft gibt, wenn sie eine oder mehrere Tassen Kaffee am Tag trinken. Es kommt nicht zu Fehl- oder Frühgeburten.

Doch neuste Forschungsergebnisse deuten auf ein überraschendes Risiko hin: bei werdenden Müttern, die Koffein konsumieren, selbst in kleinen Mengen, kann es zu Wachstumstörungen beim Kind kommen.

«Der mütterliche Koffeinstoffwechsel verlangsamt sich während der Schwangerschaft, Koffein und seine Metaboliten passieren die Plazenta, und der Fötus kann Koffein oder seine Metaboliten nicht metabolisieren oder abbauen», erklärte Jessica Gleason (wissenschaftliche Mitarbeiterin am US National Institute of Child Health and Human Development). «Mit fortschreitender Schwangerschaft bedeutet dies, dass der Fötus ansammelndem Koffein ausgesetzt werden kann.»

Quellen:

<https://www.nichd.nih.gov/about/org/dir/dph/officebranch/eb/gleason>

<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2797983>