حمية الحامل تقلل من تشوهات المولود

كشفت دراسة علمية حديثة أن اعتماد الحامل نظام حمية صحية مكونة من الفواكه والخضر والحبوب الكاملة، يؤدي الى تراجع مخاطر ولادة اطفال بتشوهات خلقية.

وذكرت الدراسة التي نشرت في "مجلة طب الأطفال والمراهقين" ان هناك صلة بين حمية الأم أثناء فترة الحمل والتشوهات الخلقية بين المواليد، من بينها "الصلب المشقوق" أو الشفة الأرنبية. وبحسب الدراسة فقد أدى شيوع استخدام الحوامل لحامض الفوليك الى تراجع قدره 40% في معدل إصابة المواليد بتشوهات "عيوب الأنبوب العصبي". وقالت سوزن كارمايكل، التي قادت البحث، إن الدراسة نظرت في أهمية التغذية الشاملة، عوضاً عن التركيز على مكمل غذائي بعينة كحامض الفوليك. وشملت الدراسة 6147 اماً ولدن أطفالاً أصحاء، بجانب 3411 مشاركة أخرى أنجبن أطفالاً بعيوب خلقية، خلال الفترة بين عامي 1997 و 2005. وقام باحثون بتحليل النمط الغذائي لكل مشاركة باعتماد نوعين من الحمية الغذائية مثل: حمية المتوسط والهرم الغذائي لوزارة الزراعة الأميركية، اللذين يشددان على أهمية التغذية الصحية من مجموعات غذائية مختلفة، غير أن النمط الثاني يؤكد أيضاً على أهمية عناصر غذائية محددة.

وجاءت نتيجة الدراسة أن الأمهات ممن اعتمدن على افضل حمية غذائية تراجعت مخاطر ولادتهن لأطفال مصابين بحالة "اللادماغية"، وهو عيب خلقي خطير يولد به الطفل بدون اكتمال نمو المخ، بواقع 50% كما تدنى احتمال إصابة موالديهن بـ "الصلب المشقوق" بنسبة 20%، والشفة الأرنبية بمعدل 30%.