



Mangel på D-vitamin øger risikoen for abort

Ny undersøgelse viser, at gravide med lavt niveau af D-vitamin i kroppen har over dobbelt så høj risiko for spontan abort

En ny undersøgelse viser, at mangel på D-vitamin tidligt i graviditeten er forbundet med over dobbelt så høj risiko for spontan abort inden tolvte graviditetsuge.

Fakta – D-vitamin



På den nordlige halvkugle er sollys med til at danne aktivt D-vitamin i huden i sommerhalvåret. I vinterhalvåret er kosten den eneste kilde til D-vitamin, som specielt findes i mælkeprodukter, fisk, kød, æg og visse grønsager, men dette er sjældent nok til at dække behovet hos gravide. I Danmark anbefaler man gravide at tage et tilskud på 10 mikrogram D-vitamin om dagen. Det anbefales endnu ikke at tage D-vitamin tilskud, når man ønsker at blive gravid. Lavt D-vitamin defineres internationalt som niveauer af 25-hydroxyvitamin D under 50 nanomol pr liter i blodet.

Det er første gang, at et større studie påviser en sammenhæng mellem mangel på D-vitamin og højere risiko for abort.

Studiet er baseret på 1683 kvinder fra Odense Børnekoorte, der fik målt D-vitamin i den tidlige graviditet.

Over en fjerdedel af de deltagende kvinder havde for lave niveauer af D-vitamin, og 59 kvinder fik en spontan abort.

- Det er et overraskende fund, da alle gravide tilrådes D-vitamin tilskud. Problemet kan ligge i, at aborterne forekommer tidligt i graviditeten, før D-vitamin tilskuddet rigtigt når at virke. De fleste spontane aborter kommer faktisk endnu tidligere i graviditeten, end vi kunne påvise, siger Louise Bjørkholt Andersen, læge og ph.d.-studerende ved Syddansk Universitet.

Kan forebygges

Heldigvis er det forholdsvis nemt at forebygge et lavt D-vitamin niveau, fortæller Louise Bjørkholt Andersen.

- Mangel på D-vitamin kan let og billigt forebygges med kosttilskud, og det kan måske mindske risikoen for spontan abort, siger Louise Bjørkholt Andersen, der har foretaget studiet under vejledning af professor i pædiatri Henrik Thybo Christesen, Hans Christian Andersens Børnehospital på Odense Universitetshospital.

Studiet er publiceret i det amerikanske tidsskrift "American Journal of Clinical Nutrition".

Om Odense Børnekoorte:

Undersøgelsen er fra Odense Børnekoorte, der følger 2.550 odenseanske børnefamilier fra tidligt i graviditeten og frem til, at barnet fylder 18 år. Formålet er at få ny viden om gravide og børns sundhed og trivsel, der kan omsættes til konkrete handleplaner for sundhedsfremme og



forebyggelse i samarbejde med bl.a. Odense Kommune. Projektet løber frem til år 2030 og støttes økonomisk af bl.a. Odense Kommune og Psykiatrien i Region Syddanmark.

TILBAGE TIL NYT FRA SUNDHEDSVIDENSKAB

Del siden på

