



Asthma-Risiko des Kindes durch Zufuhr von Folsäure ab dem vierten Schwangerschaftsmonat erhöht

Schwangere sollten nach dem ersten Schwangerschaftsdrittel auf eine Einnahme von Folsäure zur Nahrungsergänzung besser verzichten, da sie damit das Risiko erhöhen, dass ihr Kind später einmal Asthma bekommt. Darauf weisen die Lungenärzte der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) in Werne hin unter Berufung auf eine aktuelle Veröffentlichung in der Fachzeitschrift *American Journal of Epidemiology*. „Bekanntlich sollen Frauen mit Kinderwunsch möglichst schon vor der Empfängnis Folsäure in einer Dosis von 400 Microgramm täglich einnehmen, um die Entwicklung eines Neuralrohrdefektes wie der *Spina bifida* beim Ungeborenen zu verhindern - insbesondere wenn sie zuvor empfängnisverhütende Mittel genommen haben, die sowieso schon zu einem erhöhten Folsäurebedarf führen“, erläutert Prof. Dieter Köhler vom wissenschaftlichen Beirat der DGP und Leiter der Lungenklinik Kloster Grafschaft im sauerländischen Schmallenberg. „Außerdem wird die Einnahme von täglich 400 Microgramm Folsäure auch im Frühstadium der Schwangerschaft als Nahrungsergänzungsmittel empfohlen. Manche Frauen nehmen Folsäure aber durchgehend bis zum Ende der Schwangerschaft in Form von Nahrungsergänzungsmitteln oder Multivitaminpräparaten ein. Davon ist dringend abzuraten, denn ab dem vierten Schwangerschaftsmonat kann die Zufuhr von Folsäure in hohen Dosen das Risiko des ungeborenen Kindes um 30 Prozent erhöhen, später in einem Alter zwischen 3-5 Jahren an Asthma zu erkranken.“ Zu diesem Ergebnis sind australische Forscher in einer Studie mit 557 Frauen gekommen.

Folsäurehaltige Lebensmittel ungefährlich

Da der menschliche Organismus Folsäure nicht selbst herstellen kann, sollte sie mit der Nahrung aufgenommen werden. „Der Konsum von Nahrungsmitteln, die Folsäure enthalten, ist auch in der späteren Schwangerschaft ungefährlich“, betont Köhler. „Gleichzeitig dürfte es ab dem vierten Schwangerschaftsmonat völlig ausreichen, wenn Schwangere Folsäure ausschließlich in Form einer ausgewogenen Ernährung zuführen.“ Zu den natürlichen Folsäurelieferanten zählen insbesondere Weizenkeime und -kleie sowie Kalbs- und Geflügelleber. In geringen Mengen ist Folsäure auch in Vollkornprodukten, grünem Blattgemüse, roter Bete, Brokkoli, Karotten, Spargel, Rosenkohl, Tomaten, Eigelb, Nüssen sowie Obst und Fisch enthalten.

Weitere Informationen über die Auslöser von Asthma und Möglichkeiten, diese Erkrankung zu vermeiden bzw. zu behandeln, finden Betroffene und Interessierte im Internet unter www.lungenaerzte-im-netz.de.

Als Ansprechpartner für ein evtl. Interview steht Ihnen Prof. Dieter Köhler vom wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) und Leiter der Lungenfachklinik Kloster Grafschaft im nordrhein-westfälischen Schmallenberg zur Verfügung. Sie erreichen ihn unter der Telefonnummer: 02972-7912501.

Quelle: *American Journal of Epidemiology* (2009), Online-Vorabveröffentlichung am 30. Oktober 30. Zusammenfassung (abstract):
<http://aje.oxfordjournals.org/cgi/content/abstract/kwp315v1?maxtoshow=&HITS=10&hits=10>

[&RESULTFORMAT=1&andorexacttitle=and&andorexacttitleabs=and&andorexactfulltext=and
&searchid=1&FIRSTINDEX=0&sortspec=relevance&resourcetype=HWCIT](#)