

Ernährungsstudie

Fischesserinnen bekommen klügere Kinder

Frauen, die während der Schwangerschaft Fisch und Meeresfrüchte essen, können die Entwicklung ihres Kindes positiv beeinflussen. Der Nachwuchs gerate intelligenter und kommunikativer, heißt es in einer Studie. Bislang hatten Experten werdenden Müttern geraten, weniger Fisch zu essen.

London - Laut einer im Fachmagazin "The Lancet" veröffentlichten Untersuchung fördert eine fischreiche Ernährung der Mutter die Intelligenz sowie soziale und kommunikative Fähigkeiten beim Nachwuchs. Die Ergebnisse müssten allerdings noch durch weitere Untersuchungen untermauert werden, erklärten die beteiligten Wissenschaftler.

Bislang hatten amerikanische und britische Experten Schwangeren empfohlen, den Verzehr von Fisch und Meeresfrüchten einzuschränken. Grund ist das in geringen Mengen enthaltene Quecksilber, das sich im Körper anreichern und vor allem bei Föten das Nervensystem schädigen kann. Andererseits gilt Fisch als wichtige Quelle für Omega-3-Fettsäuren, die unentbehrlich für die Entwicklung des Gehirns sind.

Für die jetzt veröffentlichte Studie werteten Wissenschaftler die Essgewohnheiten von 11.875 schwangeren Frauen im britischen Bristol aus. Jahre später wurden der Intelligenzquotient und verschiedene Fähigkeiten ihrer Kinder geprüft. Schwangere, die mehr als 340 Gramm Fisch oder Meeresfrüchte pro Woche essen, bekommen nach Einschätzung der Experten klügere Kinder.

ffr/AP

URL:

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,466957,00.html>

© SPIEGEL ONLINE 2007

Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit Genehmigung der SPIEGELnet GmbH