

الكرياتين مكمل غذائي أثناء الحمل



إعداد: مصطفى الزعبي

يتسبب نقص توصيل الأكسجين للجنين عند الولادة في حدوث آثار سلبية شديدة وطويلة المدى، بما في ذلك تلف الأعضاء، وتأخر النمو، والشلل الدماغي، والتوحد، واضطرابات الصحة العصبية والعقلية، ونوبات الصرع، والمشكلات السلوكية، واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أو ضعف السمع.

هذا البحث الأخير الذي أجراه فريق باحثين في معهد هيدسون للأبحاث الطبية الأمريكي، اختبر الكرياتين الغذائي كمكمل أثناء الحمل لمنع هذه المشاكل.

وقالت د. ستايسي إليري، التي اختارت استخدام الكرياتين أثناء حملها: «هناك أدلة متزايدة على أن الكرياتين ضروري لإنتاج الطاقة في العديد من جوانب الحمل وصحة الأم، وكذلك بالنسبة لنمو للطفل».

وأضافت: «يعد الكرياتين وقود «بطارية الطاقة الاحتياطية» للعديد من الخلايا الحيوية في الدماغ، لذلك كنا ندرس

«استخدامه في حالات فشل الطاقة في دماغ الجنين عندما تنخفض مستويات الأوكسجين

وأوضحت أنه من خلال توفير المزيد من الكرياتين في الجسم للحامل والجنين، تتمتع الخلايا بقدرة أكبر في الحفاظ على دوران الطاقة عندما تنخفض مستويات الأوكسجين، ما يقلل من تراكم المنتجات الثانوية السيئة، بما في ذلك أنواع الأوكسجين التفاعلية والجزيئات الالتهابية وتقليل موت الخلايا والحفاظ على صحة الدماغ

وأشارت الطبيبة إلى أن إدخال حمض الفوليك لتقليل عجز الأنبوب العصبي، يمكن أن يصبح الكرياتين مكملاً قياسيًّا للحمل للحماية من النتائج العصبية السيئة عند الأطفال

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024