

Suplementace českých těhotných a kojících žen

Autoři:

PharmDr. Miroslav Kovařík, Ph.D.; doc. PharmDr. Miloslav Hronek, Ph.D.

Farmaceutická fakulta UK; Fakultní nemocnice Hradec Králové

Abstrakt:

Cílem studie bylo vyhodnotit suplementaci 29 zdravých těhotných a kojících žen a posoudit jejich příjem nutrientů v porovnání s doporučenými hodnotami. Příjem živin byl hodnocen jak ze stravy samotné, tak po započítání suplementace. Nutriční stav byl analyzován na základě týdenního záznamu stravy a užívaných doplňků (software Nutridan).

Všechny těhotné ženy užívaly během gravidity nějakou formu suplementace, zatímco v období laktace se jejich podíl snížil přibližně na 70 %. Více než 60 % těhotných žen užívalo multikompozitní přípravky; během laktace se tento podíl dále snižoval. Z monokomponentních doplňků byly nejčastěji užívány hořčík, železo, jód, vitaminy D a C a kyselina listová.

Hodnocení mediánu příjmu ukázalo, že suplementace během těhotenství zpravidla kompenzovala nízký příjem některých nutrientů ze stravy. V období laktace však ani suplementace nestačila dosáhnout doporučených hodnot příjmu vitaminů A a D. Individuální nutriční hodnocení navíc prokázalo vyšší podíl deficitů, než naznačovalo skupinové hodnocení; například doporučeného příjmu železa (včetně suplementace) nedosáhlo 44–68 % vyšetřených těhotných žen. To podtrhuje význam individuálního přístupu při nutričním posuzování této rizikové populace.