

زنان باردار روغن ماهي بخورند

تحقيقات پزشكي جديد نشان مي‌دهد، مصرف روغن ماهي به همراه امگا 3 در دوره بارداري كودك را از حملات آسمي بعد از تولد محافظت مي‌كند.



جام جم آنلاين: تحقيقات پزشكي جديد نشان مي‌دهد، مصرف روغن ماهي به همراه امگا 3 در دوره بارداري كودك را از حملات آسمي بعد از تولد محافظت مي‌كند.

به گزارش فارس، اين تحقيقات حاكي است زنان باردار با مصرف منظم روغن ماهي همراه با ماده امگا3 در جريان بارداري در مسير محافظت كودكان خود از مبتلا شدن به حملات آسمي بعد از تولد گام برمي‌دارند.

مصرف روغن زيتون و ماده امگا 3 همچنين كودكان را از ابتلا به آلرژي غذايي بويژه حساسيت به تخم مرغ در امان نگه مي‌دارد.

اين تحقيقات نشان مي‌دهد، ميزان ابتلا به حملات آسمي در نوزادان مادراني كه روغن ماهي و امگا3 مصرف مي‌كنند، نسبت به نوزاداني كه مادران آنها روغن ماهي و امگا3 نمي‌خورند 23 درصد کاهش دارد.