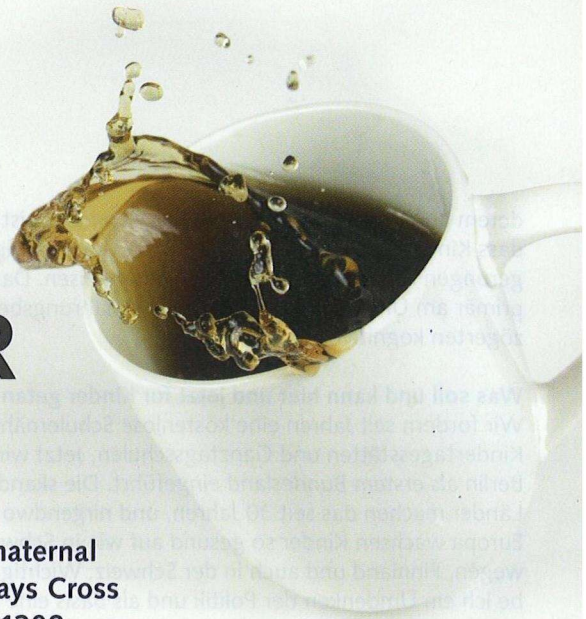


Publiziert & Kommentiert

# SCHWANGER? BESSER WENIGER KOFFEIN



**Chen LW, Fitzgerald R, Murrin CM et al.: Associations of maternal caffeine intake with birth outcomes: results from the Lifeways Cross Generation Cohort Study, Am J Clin Nutr 2018; 108: 1301–1308**

**S**tudien zeigen neutrale bzw. auch Risiko-reduzierende Einflüsse einer moderaten Koffeinaufnahme auf gesundheitliche Outcomes, aber auch, dass eine hohe Koffeinaufnahme während der Schwangerschaft zu negativen Geburts-Outcomes führen kann. Die meisten Studien wurden mit Kaffee durchgeführt, es gibt nur wenige Studien, die den Einfluss von Koffein aus Tee beobachtet haben.

Ziel der vorliegenden Arbeit war die Untersuchung der Assoziation zwischen dem Koffeinkonsum aus Kaffee, Tee, Softdrinks und kakaohaltigen Getränken bzw. Lebensmitteln während der Schwangerschaft mit diversen Geburt-Outcomes. Die Ernährungsgewohnheiten inklusive Koffeinkonsum von 941 Schwangeren wurden im 1. Trimester mittels 149-item FFQ (Food Frequency Questionnaire) erhoben; andere Daten von Krankenhäusern herangezogen. Mittels linearer und logistischer Regression wurden die Ergebnisse ermittelt.

## ERGEBNISSE

Das Alter der Frauen war im Schnitt 30,1 Jahre, der BMI vor der Schwangerschaft

23,8. Zu 27 Prozent wurde während der Schwangerschaft geraucht, zu 69 Prozent Alkohol konsumiert. Teilnehmerinnen mit höherem Koffeinkonsum waren im Schnitt älter, haben eher geraucht oder Alkohol konsumiert. Tee war die Hauptkoffeinquelle mit 48 Prozent, Kaffee machte 39, Softdrinks 8 und Kakaoprodukte 5 Prozent aus. Es wurden ungefähr gleich viele Mädchen und Buben geboren.

Bei der kontinuierlichen Darstellung der Gesamtkoffeinaufnahme zeigte jede Zunahme um +100mg/d ein um 71,9g niedrigeres Geburtsgewicht, um 0,13 Wochen geringeres Gestationsalter, um 0,30 cm geringere Körperlänge und um 0,12 cm weniger Kopfumfang. Bei der kategorischen Darstellung der Gesamtkoffeinaufnahme wurden ähnliche Assoziationen bzgl. Geburtsgewicht beobachtet. Die höchste Aufnahme von Koffein aus Tee und Kaffee war signifikant mit einem niedrigen Geburtsgewicht assoziiert: durchschnittlich –165,6g bei Kaffee und –178,6g bei Tee.

## CONCLUSIO

In der vorliegenden prospektiven Kohortenstudie an einer irischen Population wurde beobachtet, dass eine hohe Koffeinaufnahme (> 100mg pro Tag) während der Schwangerschaft mit einem geringeren Geburtsgewicht sowie einem höherem Risiko für andere suboptimale Geburts-Outcomes assoziiert ist. Dabei kam es bei hohem Kaffee- und Teekonsum zu ähnlichen Ergebnissen. Tatsache ist, dass die meisten schwangeren Frauen auch während der Schwangerschaft weiterhin koffeinhaltige Getränke konsumieren. Koffein kann die Plazenta relativ leicht durchqueren und sich dadurch negativ auf die Entwicklung des Säuglings auswirken. Der konkrete Mechanismus des negativen Einflusses von Koffein auf diverse Geburts-Outcomes bleibt allerdings ungeklärt.

OEAIE 2019 Fallmann K., Widhalm K.