

Nieuwsbrief 3xG maart 2015

3xG

GEZONDHEID
GEMEENTEN
GEBOORTEN



INHOUD

Beste ouders	1
Foliumzuur	2
Tijdstip ontdekking zwangerschap	2
Voeding van de mama	3
Rookgedrag van de mama	3
Wat mag je verwachten	4

BESTE OUDERS,

Onze geboortecohorte is volledig! Dat wil zeggen dat een groep van 300 moeders en kinderen deelneemt aan de 3xG studie. Deze groep willen we opvolgen over een langere periode. Diederik is de oudste en hij is 4 jaar, de jongste moet nog geboren worden.

Nu wordt het pas echt interessant. Iedere deelnemer krijgt persoonlijke resultaten, maar vanaf nu kunnen we ook kijken naar de resultaten van de hele groep en daaruit kunnen we veel leren.

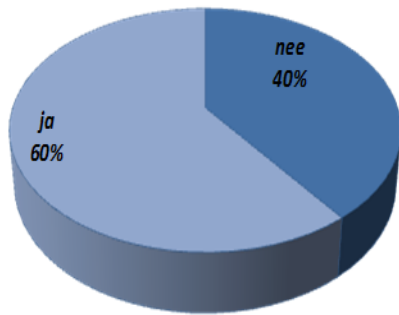
Bijvoorbeeld: het gemiddelde geboortegewicht van een kindje in Vlaanderen is 3,355 kg. Stel dat het geboortegewicht van je kindje 500g lager ligt, dan is dat geen enkel probleem. Maar stel dat het geboortegewicht van de meeste kindjes uit de 3xG studie lager ligt, dan is het interessant om na te gaan wat daarvan de oorzaak kan zijn.

Omdat de leeftijd van de kindjes varieert van 0 tot 4 jaar kan het wel even duren voor we gegevens voor de hele groep kunnen meedelen. De moeders die al het langst deelnemen, moeten dus wat langer wachten op deze resultaten. Zodra we een mijlpaal bereikt hebben, zullen we jullie informeren bijvoorbeeld als alle kindjes 1 jaar oud zijn, of 2 ...

Ondertussen is de vragenlijst over de zwangerschap door iedereen ingevuld, waardoor we jullie al een aantal resultaten kunnen geven.



Foliumzuurinname voor de zwangerschap



Foliumzuur

Tijdens de eerste weken van de zwangerschap groeit het centrale zenuwstelsel van de baby. Hieruit ontstaan later de hersenen en het ruggenmerg van het kind. In deze periode van de zwangerschap heeft het lichaam extra veel foliumzuur nodig, het verkleint de kans op een ernstige aandoening bij de baby. Het is belangrijk dat je extra foliumzuur neemt voordat je zwanger wordt, het eten van veel verse groenten, fruit en volkoren producten is dan niet genoeg.

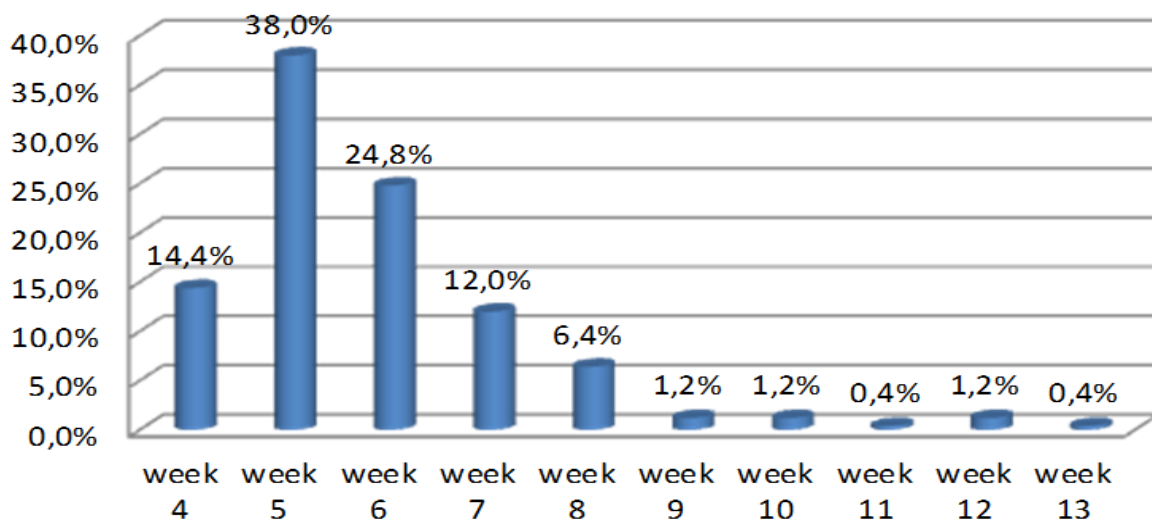
Uit de vragenlijsten bleek dat 60% van de deelnemende moeders foliumzuur nam voor de zwangerschap. Florence Baert, studente Biomedische Wetenschappen aan de Katholieke Universiteit Leuven, onderzoekt momenteel bij VITO de foliumzuurinname tijdens de zwangerschap van de 3xG mama's. Florence kijkt o.a. of er een verband is tussen de inname van foliumzuur en het geboortegewicht. Wanneer haar onderzoek is afgerond brengen we u op de hoogte van de resultaten.



Tijdstip ontdekking zwangerschap

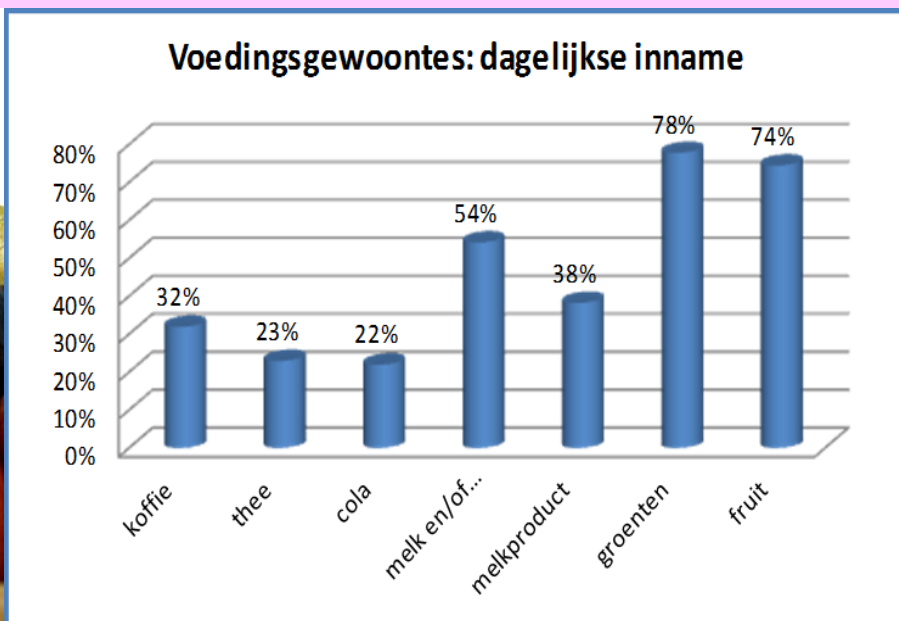
Meer dan 60% van de mama's ontdekten na 5 of 6 weken dat ze zwanger waren. Slechts een klein deel van de moeders wist pas na week 8 dat ze zwanger was.

Week waarin de zwangerschap werd vastgesteld



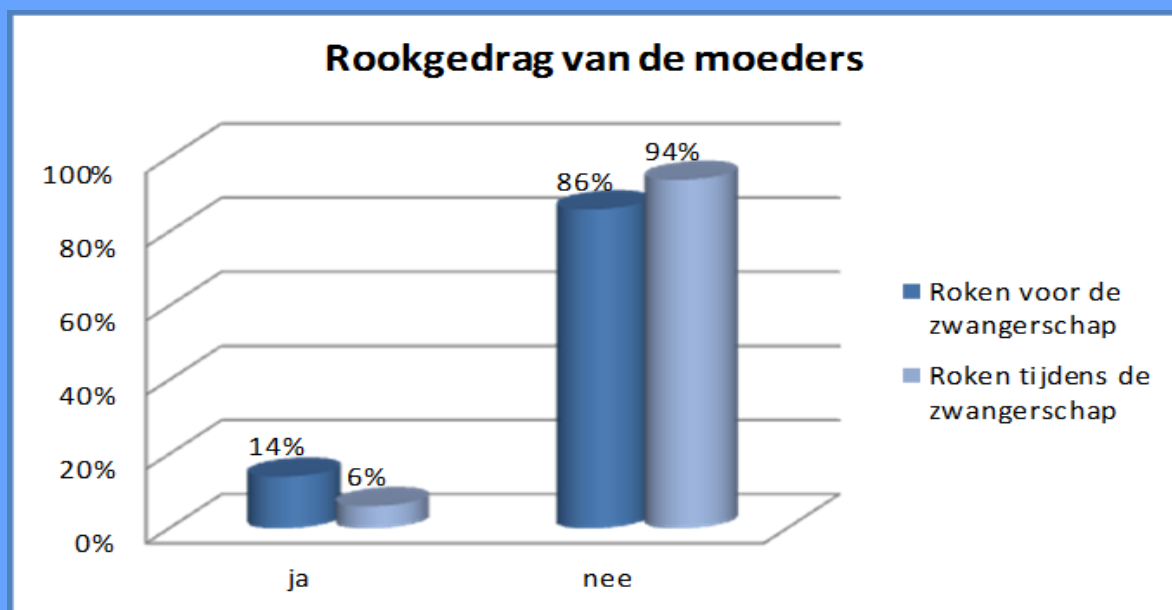
Voeding van de mama

We zien dat respectievelijk 32%, van de moeders dagelijks koffie drinkt, 23% drinkt thee en 22% cola. 54% drinkt iedere dag melk en/of chocomelk en 38% eet dagelijks yoghurt, platte kaas, rijstapap of pudding. Verder blijkt dat 78% van de mama's dagelijks groenten eet, 74% eet dagelijks fruit. Er wordt aanbevolen om dagelijks 2 tot 3 stukken fruit en minstens 300 gram groenten te eten. In de 3xG studie eet bijna de helft (46%) van de deelnemers dagelijks 2 tot 3 stukken fruit!



Rookgedrag van de mama

Vóór de zwangerschap rookte 14% van de moeders, meer dan de helft van hen is gestopt met roken tijdens de zwangerschap.



Wat mag je nog van ons verwachten?

In mei wordt de 300ste 3xG-baby geboren! Wij kunnen dan de informatie die jullie invulden bij de geboorte van jullie kleintjes bundelen, en ook aan jullie bezorgen. Wij zullen dit verder toelichten in de volgende nieuwsbrief.



De ouders die nog geen persoonlijke resultaten kregen mogen die, zoals vermeld in de vorige nieuwsbrief, in de loop van de volgende maanden verwachten. De ouders van kinderen geboren tussen 23 november 2012 en 15 april 2014 krijgen hun individuele resultaten in het voorjaar. Ouders van kinderen geboren na 15 april 2014 krijgen half 2015 hun individuele resultaten. Verder verschijnt dit jaar nog het rapport over de ziekte- en sterftcijfers in de regio Dessel-Mol-Retie.

Op het eind van het jaar ten slotte, maken we de resultaten van de metingen van zware metalen in bloed en DNA-schade in urine van alle 300 deelnemers bekend.

Het is voor ons belangrijk om alle deelnemers zo lang mogelijk bij het onderzoek te betrekken. Omdat we heel erg waarderen dat jullie de vragenlijst telkens zorgvuldig invullen, willen we jullie en jullie kids uitnodigen op zondag 7 juni in het Zilvermeer.

Zo kunnen jullie ons, de onderzoekers, leren kennen en wij jullie. Noteer deze datum alvast. Wat we precies gaan doen en hoe laat we jullie verwachten, laten we nog weten.



3xG

Contact opnemen met 3xG kan via de website www.studie3xg.be of het gratis nummer 0800/20 102