

Nieuwsbrief 3xG september 2015

3xG

GEZONDHEID
GEMEENTEN
GEBOORTEN



INHOUD

Beste ouders 1

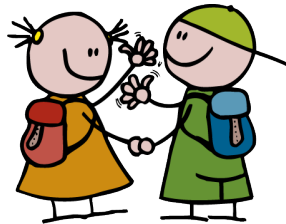
Foliumzuur 2

3xG deelnemers 2

Arseen 3

Beste ouders,

Hopelijk hebben jullie kunnen genieten van een mooie zomer en zijn jullie uitgerust voor een nieuw werkjaar én nieuw schooljaar. Een aantal van de 3xG deelnemertjes heeft weer een grote stap gezet op 1 september. Anderen kunnen nog wat genieten van de aandacht van mama en papa, oma en opa of de begeleiders in de kinderopvang.



In deze nieuwsbrief willen we nog een aantal interessante weetjes met jullie delen. Wat is het geboortegewicht van onze 3xG deelnemertjes en heeft de inname van foliumzuur hier een invloed op? Wat is arseen en hoe nemen we dit op in ons lichaam?

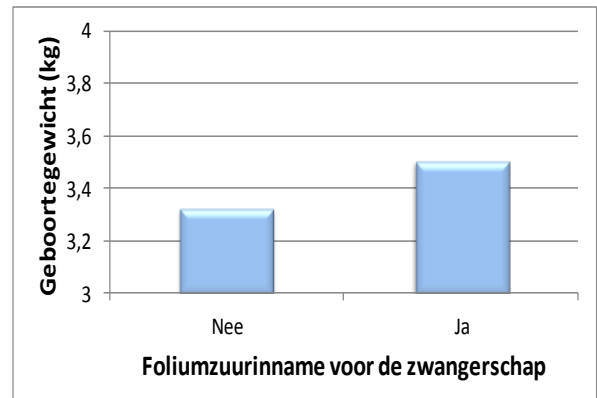
Nogmaals een grote dank aan iedereen die hieraan meewerkt. Wij weten dat het invullen van de vragenlijsten tijd vraagt die er soms niet is, maar voor ons zijn deze van onschatbare waarde!

Veel leesplezier!

Het 3xG team

Foliumzuur

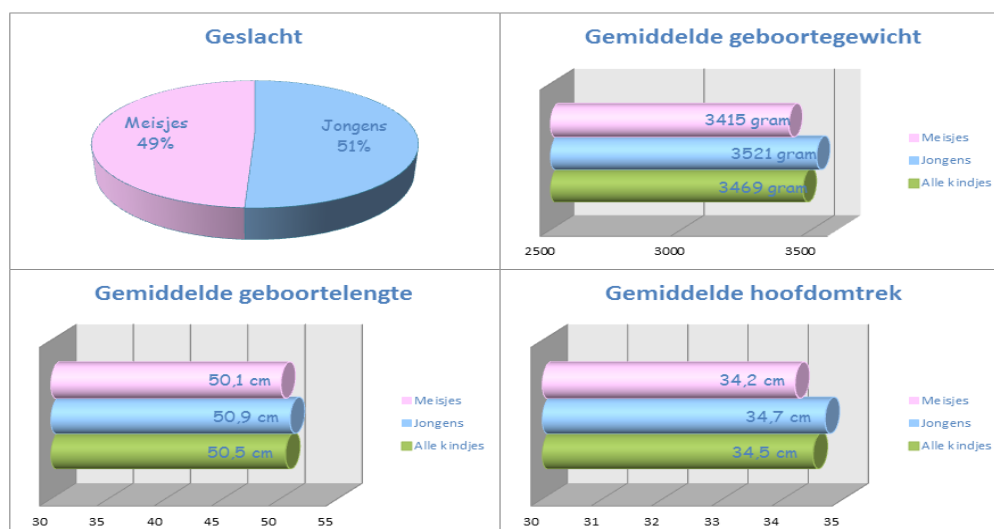
Zoals we al vertelden in de nieuwsbrief van maart heeft **Florence Baert** (1^e master Biomedische wetenschappen, KULeuven) een thesisonderzoek uitgevoerd op de resultaten van de vragenlijsten die jullie invulden tijdens de zwangerschap. Florence onderzocht of het innemen van **foliumzuur** voor de zwangerschap het **gewicht van de baby** bij de geboorte beïnvloedt. In de 3xG-studie bleek dit effectief zo te zijn: kindjes waarvan de mama foliumzuursupplementen innam voor de zwangerschap zijn gemiddeld een halve kg zwaarder bij de geboorte! In de **wetenschappelijke literatuur** is dit ook al vastgesteld: foliumzuur is gunstig voor de groei en ontwikkeling. Inname van foliumzuur voor en tijdens vermindert de kans op aangeboren afwijkingen. Denk hierbij aan kindjes met een open ruggetje of kindjes met een lipspleet of open gehemelte.



Ook in **voeding** zoals verse groenten, fruit en volkorenproducten komt deze vitamine voor. Naast foliumzuur, spelen **andere factoren** zoals bv. de duur van de zwangerschap, gewicht/lengte van de moeder en voeding ook een rol in het geboortegewicht van de baby. Nu we al jullie gegevens bij elkaar hebben, kunnen we dit verder uitzoeken.

En onze 3xG deelnemertjes?

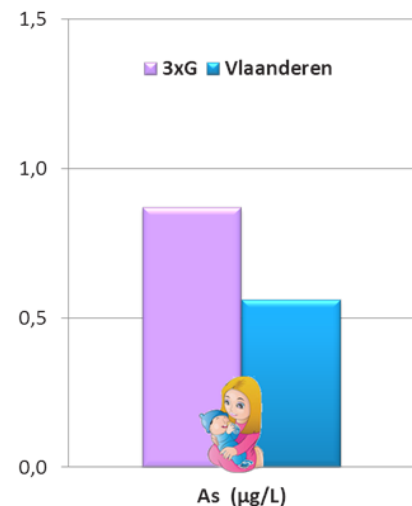
In deze grafiek zie je de cijfers van onze 3xG deelnemertjes.



Het gemiddelde geboortegewicht in 2012 in Vlaanderen voor jongens was 3418 gram, voor meisjes 3291 gram. We zien dus dat onze 3xG baby'tjes iets zwaarder zijn dan de gemiddelde baby's in Vlaanderen.

Arseen

Uit de gegevens van de eerste 150 deelnemers bleek dat het **arseegehalte** in de urine en het navelstrengbloed in de **3xG studie hoger** was dan het **Vlaamse** gemiddelde. In beide studies werd het totale arseen gemeten. Zowel het **ongevaarlijke** arseen als het **toxische** arseen. Ongevaarlijk arseen is **organisch** of biologisch van oorsprong. We nemen dit vooral op via consumptie van **vis**. Het toxische arseen is niet- of **an-organisch** en komt via **milieublootstelling** in onze voeding of ons lichaam terecht, vb. door het drinken van putwater.



Wat ook opviel in de resultaten van de eerste 150 deelnemers, is dat jullie **veel vis eten**. Dit kan verklaren waarom het totale arseen verhoogd is bij de 3xG deelnemers.



Recent is de **meetmethode** voor arseen in urine verbeterd. Met die nieuwe methode kunnen we beter inschatten met **welke arseenvariant** we hier in de regio te maken hebben: de organische uit vis of de anorganische uit milieublootstelling. De 2^e groep van 100 deelnemers heeft onlangs zijn persoonlijk resultaat voor deze meting ontvangen. We zijn momenteel nog bezig met de verwerking van deze resultaten op groepsniveau en brengen jullie snel op de hoogte van de resultaten.

Wist je dat?

Arseen werd in de geneeskunde gebruikt voor de behandeling van syfilis. In de 19de eeuw werd het gebruikt als kleurstof in snoepjes en in de 20ste eeuw als pesticide en om het rotten van hout tegen te gaan. Tegenwoordig wordt arseen nog gebruikt in technologische toepassingen zoals led's, zonnecellen, kopiëermachines, laserprinters en batterijen van voertuigen. Ook in de geneeskunde komt het uitzonderlijk nog voor, vb. als er geen antibiotica meer beschikbaar zijn in de behandeling van sommige kankers en huidziekten.

In sommige streken zoals in de noorderkempen komt arseen van nature in hoge concentraties voor in de bodem en kan het grond- of putwater hoge gehalten aan arseen bevatten.