

<https://www.hln.be/nina/fit-gezond/medisch-advies/kul-professor-godderis-bepleit-gezond-voedingspatroon-3-maanden-voor-zwangerschap~a41d312a/>

# KUL-professor Godderis bepleit gezond voedingspatroon 3 maanden voor zwangerschap

- 07 september 2019
- 14u49
- Bron: Belga



ANP XTRA Beeld ter illustratie.

Zowel vrouwen als mannen moeten reeds drie maanden voor de zwangerschap en tijdens het verloop ervan een gezond voedingspatroon hanteren. Vooral roken, alcohol drinken en het beroepsmatig contact met pesticiden, solventen en zware metalen zijn uit den boze. Dat heeft Lode Godderis (KU Leuven) vandaag gezegd tijdens het Kinderwenscongres in Leuven.

“De invloed van roken op de zwangerschap is het best bestudeerd. Er is een duidelijk verband vastgesteld tussen het roken de kans op bevruchting, de duur van de zwangerschap, het geboortegewicht en risico dat de pasgeborene op latere leeftijd met aandoeningen kampt. Zo is er bijvoorbeeld een significant verband bewezen tussen roken en de kans op astma. Wat het risicogehalte betreft volgt alcoholgebruik kort achter roken”, aldus Godderis, die aan de KU Leuven hoogleraar is aan het Centrum Omgeving en Gezondheid en oprichter van het Kinderwens Expertisenetwerk.

#### Sensibilisering

Er is volgens Godderis nog veel sensibilisering nodig. “In ons land blijft 10 procent van de zwangere vrouwen roken tijdens de zwangerschap. Het percentage vaders dat dat doet, is nog hoger”. Het roken moet ook al ongeveer drie maanden voor de bevruchting gestopt worden. Dat is ook voor de vaders het geval vermits de aanmaak van spermacellen zo lang duurt en wat men dan consumeert invloed kan hebben op de productie ervan. Ook alcoholgebruik dient in die periode geweerd te worden. “In wetenschappelijke kringen groeit de overtuiging dat vrouwen ook tijdens de zwangerschap alcohol volledig moeten weren”.

ADVERTENTIE

[Ads by Teads](#)

Uit gepresenteerde cijfers tijdens het congres blijkt dat onvruchtbaarheid 15 tot 25 procent van de westerse koppels treft. “De wetenschap biedt steeds meer mogelijkheden om een kinderwens in vervulling te laten. In 2015 werden in ons land 1 op de 14 Belgische vrouwen zwanger na behandeling voor onvruchtbaarheid”, aldus Shanti Van Genechten van Kinderwens ExpertiseNetwerk.

#### Nieuwe ontwikkelingen

Petra De Sutter, fertiliteitsarts in het UZ en Europarlementslid voor Groen, pleitte voor een maatschappelijk debat over ethische grenzen die gepaard gaan met deze snelle technologische vooruitgang. “Er zijn nieuwe ontwikkelingen die wettelijk nog niet geregeld zijn, zoals inzake genetische wijzigingen aan embryo's. Willen we dat toelaten en onder welke voorwaarden? In sommige hoeken wordt gepleit om vrouwen die een kind met het syndroom van Down ter wereld brengen – iets wat met de NIPT-

test kan voorspeld worden – zelf te laten opdraaien voor de kosten die hiermee gepaard gaan. Wat zeker dient voorkomen te worden is uitbuiting en ongelijkheid zoals in Spanje waar zich rond het invriezen van eicellen een commercie ontwikkeld heeft en dit in tegenstelling tot ons land zeer duur is”, aldus De Sutter.