

Mit Fisch zum Wunschkind

Datum: 21.01.2019

Original Titel:

Intake of protein-rich foods in relation to outcomes of infertility treatment with assisted reproductive technologies

Wissenschaftler aus Boston, USA, untersuchten die Rolle von Fisch und anderen proteinreichen Lebensmitteln auf die Ergebnisse einer künstlichen Befruchtung zur Fruchtbarkeitsbehandlung. Fischverzehr erhöhte die Wahrscheinlichkeit einer Lebendgeburt nach einer künstlichen Befruchtung.

Methode: Die prospektive Kohortenstudie umfasste 351 Frauen am *Massachusetts General Hospital Fertility Center*. Die Frauen durchliefen 598 Zyklen einer künstlichen Befruchtung. Mit einem Fragebogen wurde die Häufigkeit des Verzehrs von Fleisch bestimmt. Daraus bestimmten die Wissenschaftler den Zusammenhang des Verzehrs proteinreicher Lebensmittel (Fleisch, Eier, Bohnen, Nüsse und Soja) und der Lebendgeburten pro Zyklus mithilfe generalisierter linear gemischter Modelle.

Ergebnisse: Der durchschnittliche Verzehr von Fleisch lag bei 1,2 Portionen pro Tag, dabei verteilte sich das Fleisch zu 35 % auf Geflügel, zu 25 % auf Fisch, zu 22 % auf verarbeitetes Fleisch und zu 17 % auf rotes Fleisch. Der Verzehr von Fisch war positiv verbunden mit dem Anteil der Zyklen, die zu einer Lebendgeburt führten. In einer multivariablen Angleichung wurden die Wahrscheinlichkeiten einer Lebendgeburt bei Frauen nach Quartilen bestimmt: 34,2 % (95 % CI: 26,5 %, 42,9 %), 38,4 % (95 % CI: 30,3 %, 47,3 %), 44,7 % (95 % CI: 36,3 %, 53,4 %) und 47,7 % (95 % CI: 38,3 %, 57,3 %) (p-Trend = 0,04). In einer Substitutionsanalyse untersuchten sie die Odds-Ratio für Lebendgeburten nach einem erhöhten Fischverzehr von 2 Portionen pro Woche. Die Odds-Ratio betrug 1,54 (95 % CI: 1,14, 2,07), wenn Fisch anderes Fleisch ersetzte, 1,50 (95 % CI: 1,13, 1,98), wenn Fisch anderes proteinreiches Essen ersetzte und 1,64 (95 % CI: 1,14, 2,35), wenn Fisch verarbeitetes Fleisch ersetzte.

Fazit: Fischverzehr erhöhte die Wahrscheinlichkeit einer Lebendgeburt nach einer künstlichen Befruchtung. Dabei profitierten Frauen vor allem von einem Ersatz von verarbeitetem Fleisch und anderen proteinreichen Lebensmitteln durch Fisch.

Referenzen:

Nassan FL, Chiu Y-H, Vanegas JC, et al. Intake of protein-rich foods in relation to outcomes of infertility treatment with assisted reproductive technologies. *Am J Clin Nutr*. 2018;108(5):1104-1112. doi:10.1093/ajcn/nqy185.