

Fischöl gegen postpartale Depression — nutzlos

r -- Makrides M, Gibson RA, McPhee AJ et al. Effect of DHA supplementation during pregnancy on maternal depression and neurodevelopment of young children: a randomized controlled trial. JAMA 2010 (20. Oktober); 304: 1675-83

[\[LINK\]](#)

Neben einem Schutz vor Demenz versprach man sich von DHA auch einen positiven Einfluss auf das psychische Befinden von Frauen nach der Geburt und auf die kognitive Entwicklung ihrer neugeborenen Kinder. Doch auch diese Hoffnung wurde in einer randomisierten Studie enttäuscht: Frauen, die während ihrer Schwangerschaft regelmässig ein DHA-Supplement eingenommen hatten, erkrankten nicht seltener an einer postpartalen Depression als solche, die nur Placebo erhalten hatten. Auch die kognitive Entwicklung ihrer Kinder war nicht besser.