

Wat zijn de effecten van vitamine D-supplementen bij zwangerschap?

PICO-VRAAG

Verbeteren vitamine D-supplementen met of zonder calcium tijdens de zwangerschap uitkomsten voor moeder en kind? En zijn ze veilig?



tekst **Trudy Bekkering¹**, **Anne-Catherine Vanhove¹**, **Marleen Corremans¹⁻⁴**, **Patrik Vankrunkelsven¹**

Context

Vitamine D speelt een belangrijke rol in de gezondheid. Lage vitamine D-spiegels in het bloed van zwangere vrouwen worden geassocieerd met complicaties tijdens de zwangerschap. Deze review onderzoekt of de inname van vitamine D-supplementen beschermt tegen deze complicaties.⁵

Selectiecriteria voor studies

Deze review includeerde studies die het effect van vitamine D bij zwangere vrouwen vergeleken met placebo of geen interventie. De uitkomsten waren: pre-eclampsie, zwangerschapsdiabetes en neveneffecten bij de moeder en vroeggeboorte (<37 weken) en laag geboortegewicht (<2.500 gram) bij het kind.

Samenvatting resultaten

De review bevat 30 studies bij 7.033 vrouwen. 22 studies met 3.725 vrouwen onderzochten vitamine D in vergelijking met placebo of geen supplement. Vitamine D verlaagt waarschijnlijk het risico

op pre-eclampsie (matige zekerheid), zwangerschapsdiabetes (matige zekerheid) en het risico op een baby met een laag geboortegewicht (matige zekerheid). Vitamine D verlaagt mogelijk het risico op ernstige postpartumbloedingen. Er is een gebrek aan data over veiligheid van vitamine D voor de moeder.

9 studies met 1.916 vrouwen onderzochten het effect van vitamine D in combinatie met calcium. Vitamine D met calcium verlaagt waarschijnlijk het risico op pre-eclampsie (matige zekerheid) en verhoogt mogelijk het risico op vroeggeboorte (lage zekerheid). We zijn onzeker over het effect op zwangerschapsdiabetes en laag geboortegewicht (zeer lage zekerheid).

Conclusie

Gebruik van vitamine D-supplementen door zwangere vrouwen verlaagt waarschijnlijk het risico op pre-eclampsie, zwangerschapsdiabetes en laag geboortegewicht en mogelijk het risico op ernstige postpartumbloedingen. Vitamine D in combinatie met calcium verlaagt waarschijnlijk het risico op pre-eclampsie,

maar verhoogt mogelijk het risico op vroeggeboorte. Er is onvoldoende bekend of vitamine D veilig is voor de moeder.

De meeste studies hadden geen gegevens van de vitamine D-status bij aanvang waardoor we niet weten of het beter werkt bij vrouwen met een deficiëntie. Veel studies startten de supplementen pas na de 20e week van de zwangerschap, terwijl biologische argumenten suggereren om deze supplementen vroeger in de zwangerschap te nemen. Ook de optimale en veilige dosis is nog niet gekend.⁶

Implicaties voor de praktijk

Vitamine D-suppletie voor zwangere vrouwen lijkt nuttig, maar de veiligheid is nog niet bewezen. Door gebrek aan gegevens weten we niet welke subgroepen van zwangere vrouwen er het meest bij gebaat zijn.

Noten

- 1 Belgian Center of Evidence Based Medicine (CEBAM), Cochrane Belgium.
- 2 Karel De Grote Hogeschool.
- 3 Nursing Research Factory.
- 4 Belgian Interuniversity Collaboration for Evidence-based Practice: a Joanna Briggs Center of Excellence (BICEP).
- 5 Palacios C, Kostiuik LK, Peña-Rosas JP. Vitamin D supplementation for women during pregnancy. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 7. Art. No.: CD008873. DOI: 10.1002/14651858.CD008873.pub4.
- 6 Palacios C et al. Regimens of vitamin D supplementation for women during pregnancy. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 10. Art. No.: CD013446. DOI: 10.1002/14651858.CD013446.