

# CAM THẢO KHÔNG TỐT CHO THAI NHI

Phụ nữ mang bầu nên hạn chế dùng  
cam thảo. Ảnh: healthdiva

Cam thảo là một trong những món phụ nữ mang thai ưa dùng. Tuy nhiên, các nhà khoa học châu Âu cảnh báo thai phụ ăn cam thảo có thể làm thai nhi tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường, cao huyết áp, béo phì khi trưởng thành.

Phụ nữ mang bầu nên hạn chế dùng  
cam thảo. Ảnh: healthdiva

Qua nghiên cứu, Bệnh viện Great Ormond Street ở Luân Đôn và Đại học Helsinki (Phần Lan) nhận thấy những đứa trẻ lên 8 từng tiếp xúc với cam thảo trong bụng mẹ (người mẹ ăn trung bình 0,5 gam cam thảo mỗi tuần) có hàm lượng hormone cortisol cao hơn 30% so với con của những người không ăn. Mặc dù có vai trò giúp cơ thể đối phó với tình trạng căng thẳng tinh thần (stress) nhưng cortisol có liên quan đến bệnh tiểu đường, cao huyết áp và béo phì.

Theo các nhà nghiên cứu, sự hiện diện của glycyrrhizin, thành phần tự nhiên rất ngọt trong cam thảo, ảnh hưởng đến cơ chế điều hòa hàm lượng nội tiết tố trong cơ thể. Trước đây, một nghiên cứu của Đại học Helsinki và Đại học Edinburgh (Anh) từng cảnh báo người mẹ tiêu thụ hơn 500 mg glycyrrhizin/tuần (khoảng 100 gam cam thảo) khi mang thai có thể làm trẻ em sinh ra kém thông minh và ảnh hưởng đến hành vi của trẻ khi trưởng thành.