

# Bewijs ontbreekt voor gunstig effect van minder cafeïnegebruik door de zwangere vrouw op geboorte-uitkomsten

Ernst-Jan Troe

**Context** Excessief cafeïnegebruik tijdens de zwangerschap (> 8 koppen koffie per dag) kan leiden tot verhoogde catecholaminewaardes bij de moeder en de foetus. Mogelijke gevolgen: uteroplacentaire vasoconstrictie, versneld foetaal hartritme en aritmieën. Er zijn neonatale onttrekkingsverschijnselen beschreven bij hoog cafeïnegebruik tijdens de zwangerschap, maar het is onduidelijk of kleinere hoeveelheden cafeïne ook schadelijk zijn. De huidige NHG-Standaard Zwangerschap en kraamperiode meldt geen mogelijk nadelig effect van te veel cafeïnegebruik.

**Klinische vraag** Is er een gunstig effect van minder cafeïnegebruik door zwangere vrouwen op geboorte-uitkomsten (geboortegewicht en zwangerschapsduur)?

**Conclusie auteurs** Eén onderzoek voldeed aan de criteria voor deze review. Dit onderzoek randomiseerde 1207 zwangere vrouwen, verdeeld in twee groepen (één groep dronk cafeïnehoudende koffie en de andere cafeïnevrije koffie). De onderzoekers vonden geen significant verschil in geboorte-uitkomsten tussen beide groepen.

**Beperking** Er werd slechts één onderzoek ingesloten. Het onderzoek was beperkt: een vergelijking tussen groepen zwangeren die drie koppen cafeïnehoudende of cafeïnevrije koffie per dag dronken. Gro-

tere hoeveelheden geven mogelijk wel een nadelig effect. Het onderzoek geeft evenmin informatie over andere cafeïnebronnen zoals thee, chocolade of cola.

**Bron** Jahanfar S, Sharifah H. Effects of restricted cafeïne intake by mothers on fetal, neonatal and pregnancy outcomes. Cochrane Database Syst Rev 2009; Issue 2. Art. No.: CD006965. De review omvat één onderzoek met in totaal 1207 deelnemers.

## Beschouwing

De waarde van deze review is voor de huisartsenpraktijk beperkt. Er werd maar één onderzoek geïnccludeerd, waarin bovendien de effecten van een beperkte hoeveelheid cafeïne werd onderzocht (drie koppen koffie per dag). Mogelijk zijn er wel nadelige effecten bij het gebruik van meer cafeïne tijdens de zwangerschap. Hiervoor zijn in proefdieronderzoeken wel degelijk aanwijzingen gevonden. Diverse observationele onderzoeken laten tegengestelde resultaten zien over het effect van cafeïnegebruik door de zwangere vrouw op geboorte-uitkomsten. Gezien de tegenstrijdige resultaten van de diverse onderzoeken lijkt het beste advies om cafeïnegebruik tijdens de zwangerschap te beperken.

Er is veel aandacht voor de invloed van gedragsfactoren op geboorte-uitkomsten. Van diverse factoren, zoals roken, alcoholgebruik en drugsgebruik, is het nadelige effect op het geboortegewicht en de zwangerschapsduur bekend. Ook zijn er aanwijzingen dat het gebruik van foliumzuur – naast het voorkómen van

spina bifida – een gunstige invloed heeft op het geboorte- en placentagewicht. De effecten van deze factoren houden vermoedelijk zelfs aan bij kinderen op latere leeftijd. Zo is roken van de moeder tijdens de zwangerschap geassocieerd met een verhoogd risico op luchtweginfecties bij het kind en een hogere bloeddruk vanaf de jonge volwassenheid.

Nadelige effecten van deze factoren zijn er mogelijk al in de vroege zwangerschap, wanneer de foetus de grootste ontwikkeling doormaakt. Beïnvloeding van gedragsfactoren voor de conceptie zou kunnen bijdragen aan de optimale ontwikkeling van het (ongeboren) kind. Inmiddels zijn er initiatieven om toekomstige ouders door middel van een preconceptieconsult bewust te maken van de risico's, zodat ze hun leefstijl kunnen aanpassen. Sommige verloskundigen en huisartsen bieden deze zorg nu al aan. Preconceptiezorg dient laagdrempelig te zijn en toegankelijk voor alle aanstaande ouders. Dat maakt de huisarts uitermate geschikt voor het verlenen van preconceptiezorg. Het is echter de vraag of het gebruik van cafeïnehoudende dranken een plaats moet krijgen in het preconceptieadvies. Voorlopig lijkt het beste advies: geniet van koffie, maar drink met mate.

Gezondheidscentrum Dillenburg, Prinses Irenelaan 1D, 2404 BH Alphen aan de Rijn; dr. J.W.M. Troe, huisarts-epidemioloog.  
 Correspondentie: ej.troe@ghcd.nl

PEARLS bieden de lezer bruikbare wetenschap voor de werkvloer, op basis van de Cochrane Database of Systematic Reviews.