

Veiligheid van GLA bij baby's, jonge kinderen en borstvoeding



- De veiligheid van GLA (gamma-linoleenzuur) bij baby's en kinderen onder de 7 jaar is niet vastgesteld; daarom wordt het gebruik tijdens borstvoeding of bij jonge kinderen niet aanbevolen
[Reddit+9healthsurgeon.com+9nl.yanggebiotech.com+9](#).
- Er bestaat onvoldoende klinisch bewijs over het gebruik bij zwangeren of voedende moeders, waardoor voorzichtigheid geldt [Verywell Health](#).

⚠ Gebruik tijdens zwangerschap

- GLA wordt ontraden tijdens de zwangerschap vanwege mogelijk verhoogd risico op miskraam, met name door de oestrogenachtige effecten van bepaalde bronnen .
- Verschillende bronnen melden dat GLA-supplementen in zwangerschap contraindicated kunnen zijn wegens mogelijke effecten op de zwangerschap
[pubmed.ncbi.nlm.nih.gov+9RxHive+9healthsurgeon.com+9](#).

● Bernagieolie (borage, borage seed oil) en pyrrolizidine-alkaloïden (PA's)

- Bernagieolie bevat pyrrolizidine-alkaloïden (PA's), die levertoxisch, carcinogeen en teratogeen kunnen zijn en uitgescheiden in moedermelk, met risico op geboorteafwijkingen [Reddit+11webmd.com+11nl.yanggebiotech.com+11](#).
- Zelfs sterke methoden van zuivering kunnen PA niet volledig elimineren; daarom wordt zelf PA-vrije olie afgeraden tijdens zwangerschap en bij kinder-/borstvoedingssituaties .
- Gezondheidsautoriteiten zoals de Duitse Bundesinstitut adviseren borage helemaal te vermijden tijdens zwangerschap of borstvoeding
[webmd.com+6en.wikipedia.org+6ShunChild+6](#).