

Källa: Daily Mail, 10 maj 2005

## eye q -stor nytta oavsett utgångsläge

Englands största dagstidning, Daily Mail, lät chefspsykologen i Durham kommun, Madeleine Portwood, parallellt med Oxford-Durham-studien genomföra en 3-månaders studie på läs- och skrivförmågan i en helt vanlig klass. Barnen i denna klass hade en läs- och skrivförmåga som i snitt låg 9 månader över deras faktiska ålder. Efter 3 månader med 6 kapslar eye q låg de i genomsnitt 18 månader över sin förväntade läs- och skrivförmåga.

Mer än hälften visade 10 % förbättring av minnet. Åtta elever ökade minnesomfånget med 20 %. En elev ökade med 30 %. Enligt föräldrarna uppträdde barnen också mognare, lugnare, mer fokuserat och visade större självförtroende. Den här spännande studien tyder på signifikanta förbättringar oavsett barnens ursprungliga förmågor.

Därför rekommenderar jag nu alla föräldrar att ge sina barn ett tillskott med naturligt EPA-rik fiskolja.  
-Det kan göra stor nytta, men absolut ingen skada" säger chefspsykolog Madeleine Portwood.

## Adelaide-studien - världens största studie med omega-3 och skolbarn.

Den 20 juni 2006 i år presenterades den största placebokontrollerade studien\* med omega-3, eye q på barn med överaktivitet, impulsivitet och koncentrationssvårigheter. Studien genomfördes vid The University of South Australia i Adelaide. I studien ingick 132 barn i åldrarna sju till tolv år. Studien pågick i trettio veckor och under de första femton veckorna delades barnen in i 3 grupper. En grupp fick endast eye q, den andra gruppen fick eye q plus en vanlig multivitamin-tablett och den tredje gruppen fick placebo (kapslar utan verksamt substans). Efter femton veckor övergick alla barnen till eye q.



## 30 % förbättringar hos eye q gruppen

Efter de första femton veckorna noterades 30 % förbättringar hos eye gruppen jämfört med placebogruppen. Och efter trettio veckor sågs förbättringar hos 50 % av de barn som fått eye q under hela studien.

- Resultaten visar att en naturlig behandlingsform kan vara effektiv för barn som har problem med överaktivitet, impulsivitet och koncentrationssvårigheter säger Dr Nathalie Sinn som ledde studien. Tillskottet av multivitaminer hade däremot ingen som helst påverkan på resultatet.

*\*The effect of supplementation with polyunsaturated fatty acids and micronutrients on ADHD-related problems with attention and behavi-our. Sinn N et al. Journal of Development and behavioural Pediatrics. In Press Aug.2006.*

Artiklarna på den här sidan har ursprungligen publicerats i [Vitaminvaruhuset.se](http://Vitaminvaruhuset.se) nyhetsbrev, som distribueras med e-post varje helgfri måndag året runt. För att få det kostnadsfria nyhetsbrevet med 25 kronors värdekuponger registrera Din e-postadress på startsidan vid [Nyhetsbrev](#) eller bocka för rutan "Nyhetsbrev" i Dina [kunduppgifter](#) i nätbutiken. Artiklarna är skrivna av fristående, yrkesverksamma journalister, av specialister inom hälsa och skönhet eller av myndigheternas experter.

Registrera kostnadsfri prenumeration på [nyhetsbrev](#)

---