
Kan tran forebygge diabetes?

AKTUELT

TOM SUNDAR

Email: tom.sundar@legeforeningen.no

Tidsskriftet

Kvinner som tar tran under svangerskapet minsker risikoen for at barna senere skal få type 1-diabetes.

Det er konklusjonen i en norsk pilotstudie som nylig er publisert i tidsskriftet *Diabetologia* (1). Studien er gjennomført som en case control-undersøkelse i Vest-Agder, der man har sammenliknet 85 barn som fikk type 1-diabetes i perioden 1989–98 med 1 000 friske kontrollbarn. Hovedfunnet er at barn av mødre som tar tran under svangerskapet har en tredel så stor risiko for å få type 1-diabetes sammenliknet med andre barn.

– Studien viser en mulig beskyttende effekt av tran. Vi vet at tran har en rekke biologiske og immunmodulerende effekter, blant annet fordi det inneholder vitamin D og omega-3-fettsyrer, sier overlege og diabetesforsker Geir Joner ved Barnesenteret ved Ullevål sykehus. Han har vært hovedansvarlig for studien sammen med cand.scient. Lars Christian Stene ved Statens institutt for folkehelse.

Selv om studien viser at det er en negativ assosiasjon mellom bruk av tran hos gravide kvinner og risikoen for at barna skal få diabetes, vil ikke Geir Joner gå ut med noen generelle råd eller anbefalinger.

– Denne pilotstudien peker på en mulig årsakssammenheng, men vi har ennå ikke bevist at tran virkelig beskytter mot type 1-diabetes, sier han.

I høst skal de samme forskerne gå i gang med en nasjonal studie som skal se på effekten av både tran og andre miljø- og kostholdsfaktorer i forhold til type 1-diabetes hos barn.

LITTERATUR

1. Stene LC, Ulriksen J, Magnus P, Joner G. Use of cod liver oil during pregnancy associated with lower risk of type I diabetes in the offspring. *Diabetologia* 2000; 43: 1093–8.

Publisert: 20. november 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 17. februar 2026.