



Употребление больших доз витамина А в период беременности может вызвать врожденные дефекты развития плода, об этом предупреждают органы здравоохранения Великобритании и Германии. Это предупреждение относится как к биодобавкам, содержащим витамин А, так и к препаратам рыбьего жира, а также продуктам, богатым витамином А.

При употреблении беременными женщинами большого количества печени каждый день и витамина А в дозах от 24 тыс. до 30 тыс. МЕ в сутки были зарегистрированы врожденные нарушения развития плода. Максимально допустимая доза витамина А для беременных составляет 6 - 10 тыс. МЕ. Именно эти данные были взяты за основу рекомендаций, разработанных международными организациями, занимающимися проблемами тератологии.

Фирмам-производителям, выпускающим препараты с содержанием витамина А, рекомендовано помещать на этикетках информацию о том, что во время беременности витамин А следует употреблять под наблюдением врача.

Однако некоторые исследователи считают, что никакой зависимости между употреблением витамина А и врожденными пороками развития плода нет.