

PROBIOTYCZNE KONCENTRATY NAPOJÓW

W PROFILAKTYCE I TERAPIACH PROBIOTYCZNYCH

JOY DAY zawiera konsorcjum żywych i witalnych kultur bakterii probiotycznych, zdolnych do bezosłonowego przeżywania w agresywnych warunkach przewodu pokarmowego i jego zasiedlania.

Każda porcja zawiera **16 szczepów żywych kultur bakterii:**

- Lactobacillus casei LMG P-17504
- L. plantarum LMG P-21020 i LMG P-21021
- L. delbruecki s. bulgaricus LMG P-21905
- L. acidophilus LMG P-21904
- L. rhamnosus LMG P-21380, LMG P-23699 i DSM 16605
- L. fermentum; L. lactis; Bifidobakterium breve LMG P-17500 i LMG P-17501
- B. animalis s. lactis LMG P-17502
- B. longum DSM 16603
- S. thermophilus LMG P-21908 i LMG P17225

oraz ich liczne metabolity w tym prozdrowotne i antyseptyczne: kwasy organiczne, antyoksydanty, witaminy i mikroelementy.

STOP DYSBIOZIE!

Zamów! tel.: 502 226 328
 Producent: Living Food Sp. z o.o.
 Dystrybucja: AGROBIOS
 tel.: 512 850 009
 SILVER tel.: 693 822 235

Wykaz punktów sprzedaży: www.joyday.info
 e-zakupy: www.mikroorganizmy.com.pl

Probiotyki w leczeniu i profilaktyce zdrowia

Jędrzej Soporowski

Wydaje się, że każdy człowiek wie, iż podstawą zdrowia jest sprawność jego układu odpornościowego. Nie każdy jednak wie, a wielu zapomina, że **prawidłowe funkcjonowanie układu immunologicznego jest ściśle powiązane i uzależnione od prozdrowotnej, probiotycznej mikroflory bakteryjnej (tzw. mikrobioty) bytującej w organizmie człowieka.**

Zależność ta istnieje już od pierwszych chwil narodzin, gdy noworodek przemieszczając się w drogach rodnych mamy pozyskuje z nich prozdrowotną florę bakteryjną (przede wszystkim są to pałeczki kwasu mlekowego – bakterie z rodzaju *Lactobacillus*, ale i inne), a w kolejnych etapach rozwoju wraz z mlekiem matki uzyskuje prozdrowotne bakterie z rodzaju *Bifidobakterium*. Od tego momentu zaczyna się proces kolonizacji przewodu pokarmowego noworodka i od tego momentu układ odpornościowy nowonarodzonego człowieka rozpoczyna naukę rozpoznawania zagrożenia pochodzącego z zewnątrz organizmu. Naukowcy udowodnili, że prozdrowotne bakterie potrafią się porozumiewać z kształtującym się układem odpornościowym człowieka, uczą go rozpoznawać i odróżniać bakterie prozdrowotne od patogenów i że są one niezbędne dla rozwoju i wykształcenia się układu odpornościowego. Jego funkcje są przez te bakterie kontrolowane już przez całe życie. Układ immunologiczny sprawdza różnorodne bakterie dostające się do wnętrza organizmu, wykorzystując tak zwane komórki dendrytyczne, które poprzez nabłonek jelitowy wysuwają swe wypustki po to, by prawidłowego rozpoznać zagrożenia.

Bakterie prozdrowotne, tak jak i chorobotwórcze, organizm człowieka „pozyskuje” wyłącznie ze środowiska zewnętrznego, najczęściej wraz z pożywieniem. W tym miejscu wylaniają się kolejne niezwykle istotne dla zdrowia człowieka funkcje bakterii prozdrowotnych i tzw. probiotyków. Mianowicie **prozdrowotna flora bakteryjna ma nieprawdopodobnie wiele funkcji zasilających organizm, odciążających układ odpornościowy i wspierających procesy trawienia.** Bakterie te wytwarzają niezwykle cenne metabolity w tym witaminy (tiamina, ryboflawina, pirydoksyna, B12, K), liczne związki prozdrowotne i antyseptyczne w tym antyoksydanty. Ponadto produkują związki biochemiczne, wpływające pozytywnie na wyciszenie pracy naszego umysłu. Prozdrowotne bakterie są doskonałym wsparciem bariery jelitowej, a zespół jelit jest ściśle powiązany z układem odpornościowym – to właśnie w tym miejscu znajduje się ponad 70 proc. jego potencjału.

Probiotyki nie leczą, ale są niezbędne w terapiach i konieczne w profilaktyce chorób. Ich największe skupisko znajduje się w jelitach. Zdrowy organizm charakteryzuje się równowagą prozdrowotnej flory bakteryjnej w całym zespole jelit. Jelita zdrowego człowieka są szczelne, ich ścianki pokryte są błoną śluzową zasiedloną przez przyścienną dobroczynną, która stanowi doskonałą barierę dla patogenów. Przez zdrowe ścianki jelit następuje wchłanianie składników odżywczych, płynów i elektrolitów. Takie jelita charakteryzują się zdolnością blokowania wchłaniania substancji szkodliwych, toksyn i antygenów.

Większość chorób zaczyna się właśnie od jelit. Do czynników chorobotwórczych można zaliczyć zarówno brak równowagi mikrobiologicznej czyli tzw. dysbiozę, jak i niewłaściwe żywienie. W momencie, kiedy alergię czy

nietolerancja pokarmowa zaczynają deregulować pracę jelit, a wraz z nimi całego organizmu, rozpoczyna się zbiór współzależnych czynników mogących doprowadzić od ogólnego spadku witalności, zaburzeń trawienia i przemiany materii, po spadek odporności. Prowadzą one do zwiększonej przepuszczalności błony śluzowej jelit. Ta z kolei jest nie tylko obrazem dysbiozy, ale też przyczyną alergii pokarmowej (najbardziej utajnionej typu III, IgG – zależnej) oraz brakiem bariery ochronnej przed patogenami. Dysbioza jest otwarciem dla rozszczelniania się jelit, a rozszczelnione jelita to „otwarte drzwi” dla chorobotwórczych toksyn, antygenów itd. Wiąże się z tym stanem wiele dysfunkcji m.in. innymi zespół jelita nadwrażliwego, przewlekły stan zapalny, migreny, cukrzyca typu II, zespół przewlekłego zmęczenia, zespół złego wchłaniania, nadciśnienie tętnicze, przewlekły niedobór żelaza, otyłość, ADHD, astma i depresja.

Rola probiotyków w leczeniu i profilaktyce chorób oraz ich pozytywny wpływ na prawidłowe funkcjonowanie ludzkiego organizmu jest nie do przecenienia. Ta współzależność rozpoznawana jest coraz wnikliwiej. **Prozdrowotną florę jelitową łatwo jest zniszczyć, ale trudno odbudować.** Dlatego wskazana jest systematyczna probiotyczna profilaktyka.

Rynek probiotyków, oprócz popularnych produktów mlecznych, w których bakterie probiotyczne dodaje się do tradycyjnych bakterii fermentacji mlekowej, oferuje suplementy diety – probiotyki w postaci liofilizowanej. Preparaty te są powszechnie dostępne w każdej aptece. Z przeprowadzanych badań i testów wynika, że ich jakość i praktyczna zdolność zasiedlania przestrzeni jelit jest bardzo ograniczona, poza tym, w takiej postaci nie posiadają one zdolności zasiedlania błon śluzowych jelit na całej ich rozciągłości. Dodatkowo najczęściej zawierają one w swym składzie pojedyncze szczepy bakterii probiotycznych.

Wobec tych deficytów na **uwagę zasługują dostępne już na rynku bezmleczne preparaty probiotyczne, oferowane w postaci koncentratów i napojów probiotycznych, zawierające w swym składzie kompleks 16 szczepów żywych i witalnych kultur bakterii probiotycznych.**

W terapiach probiotycznych mających przywrócić równowagę flory bakteryjnej jelit potrzebny jest zespół różnorodnych żywych kultur bakterii probiotycznych, zdolnych do zasiedlenia przewodu pokarmowego człowieka na odpowiednio wysokim poziomie. Niestety aplikacja pojedynczych szczepów bakterii probiotycznych, jest „znieczuleniem miejscowym”, ponieważ doprowadza do dominacji wprowadzonych w ten sposób do organizmu bakterii i „słabo” rozwiązuje problem dysbiozy jelit.

Jędrzej Soporowski

Ekspert profilaktyki probiotycznej. Promotor ekologii życia oraz wpływów pozytywnych czynników, w tym probiotycznej flory bakteryjnej, na witalność i zdrowie człowieka. Jest autorem receptur produktów probiotycznych serii JOY DAY, zawierających żywe kultury bakterii probiotycznych.

