

# PROBIOTICI



# Definicija

- Pojam dolazi od grčkih reči *pro* + *bios* što znači za život.
- 2001.g. SZO definiše probiotike kao žive mikroorganizme, koji, kada se primenjuju u odgovarajućim količinama, mogu da imaju pozitivan efekat na zdravlje ljudi, a čija je dobrobit dokazana u kontrolisanim studijama.

# Istorijat

- Pre nekoliko hiljada godina, rimski israživač, Gaj Plinije, je preporučivao konzumiranje fermentisanog mleka za lečenje crevnih problema.
- Fermentisana hrana se pominje u Bibliji i starim knjigama hinduizma.
- Iz Starog zaveta datiraju prvi pisani podaci o pozitivnom učinku bakterija na zdravlje.
- Avram duguje svoju dugovečnost pijenju kiselog mleka („Knjiga postanja”)



- 1900. Moro je izolovao iz stolice odojčadi, prvu bakteriju koja luči mlečnu kiselinu i nazvao je *Lactobacillus acidophilus*.
- 1908. ruski biolog Mečnikov, je za svoj rad dobio Nobelovu nagradu za medicinu.
- Anri Bilard, francuski mikrobiolog, je 1923. izolovao gljivicu *Saccharomyces boulardii*.
- Nakon toga je usledio razvoj velikog broja bakterija, za koje se tvrdilo da imaju pozitivan učinak na zdravlje.
- Hipokrat, otac medicine je govorio: „ Sve bolesti počinju u crevima.”



# Formiranje crevne mikrobioze

## Faktori koji utiču:

1. Prenatalno
2. Perinatalno
3. Postnatalno
  - Ključnu ulogu ima majka. Normalan sastav majčine oralne, vaginalne i crevne flore, presudno utiče na razvoj crevne mikrobioze novorođenčeta.
  - Gestacijska starost pri rođenju.
  - Način porođaja. Kod vaginalnog porođaja dete dolazi u kontakt sa vaginalnom florom majke, dok deca rođena carskim rezom nemaju taj kontakt i njihova creva bivaju kolonizovana mikroorganizmima sa bolničkih površina.
  - Način ishrane u prvim godinama života utiče na formiranje crevne mikrobioze. Majčino mleko se smatra zdravim načinom programiranja crevne mikrobioze. Davanje probiotika majci u toku trudnoće ima pozitivan efekat.



# Izbor probiotika

Pri izboru se treba rukovoditi sledećim principima:

- Bezbednost
- Kvalitet
- Soj
- Doza izražena brojem kolonija
- Oblik preparata
- Konzistencija
- Suplementi

# Polje delovanja

- Prevenirija Atopijskog marša
- Prevenirija infekcija
- Akutni gastroenteritis – probiotici se koriste u terapiji AGE kao dodatak rehidraciji i treba ih primeniti rano u toku lečenja, skraćuje trajanje dijareje.
- Antibiotkom asocirana dijareja
- Nekrotizirajući enterokolitis kod prematurusa – primena antibiotika smanjuje učestalost NEC i mortalitet, a ne utiče na pojavu sepse.
- Infantilne kolike