

مصرف پروبیوتیک ها در دوران بارداری می تواند خطر ابتلا به چاقی کودکان را کاهش دهد



مصرف پروبیوتیک ها در دوران بارداری می تواند خطر ابتلا به چاقی کودکان را کاهش دهد

تحقیقات نشان می دهد که فاکتورهای موثر بر جنین، حتی در مراحل اولیه بارداری ،تاثیر قابل توجهی بر سلامتی کودک و رشد و سلامتی آن ها در زندگی شان دارد.در سال های اخیر،آزمایش های بالینی نشان داده اند که چگونه لحظات اولیه ما ، مانند روش تولد ما ، ممکن است در توسعه میکروفلور روده و تکامل سیستم ایمنی بدن تاثیر گذار باشد.به طور مثال مطالعات نشان داده اند که در کودکان متولد شده با روش سزارین احتمال ابتلا به آلرژی و چاقی در بزرگسالی بیشتر است.

اما یک مطالعه جدید نشان داده است که مصرف پروبیوتیک ها در حین بارداری و شیردهی ممکن است به کاهش خطر ابتلا به چاقی دوران کودکی کمک کند.این کارآزمایی بالینی که توسط محققان دانشگاه تورکو فنلاند انجام شده است ، نشان می دهد که مکمل پروبیوتیک حاوی *Lactobacillus rhamnosus GG* و *Bifidobacterium lactis BB-12* ممکن است باعث بهبود عملکرد ژن های مرتبط با چاقی در مادران و کودکان آن ها شود.قبل توجه است که پروبیوتیک قادر است تاثیر مثبتی بر عملکرد ژن مرتبط با خطر چاقی مرسوم به FTO بگذارد.

این یافته ها به طور قابل توجهی نشان می دهد که پروبیوتیک های مصرف شده توسط مادر در دوران بارداری می تواند اثر اپی ژنتیک داشته باشند و مستقیما بر روی ژن های کودک تاثیر بگذارند.

این شواهد می تواند زیرساختی برای ایجاد استراتژی هایی برای کمک به کاهش خطر چاقی در نسل های آینده فراهم کند.نتایج مطالعات حال حاضر نشان می دهد که استفاده از مکمل های پروبیوتیکی در دوران بارداری می تواند بر متیلایون و DNA ژن های مرتبط با چاقی و افزایش وزن در کودکان تاثیر بگذارد.

این یک قانون کلی است که چاقی به وسیله ترکیبی از رژیم غذایی نامناسب،عدم انجام تمرینات ورزشی و سبک زندگی ناسالم ایجاد می شود.ژنتیک نیز نقش مهمی در این میان دارد.هرچند سهم هریک از این عوامل هنوز به خوبی مشخص نشده است .با این وجود نتایج این تحقیقات می تواند به ما در درک پیچیدگی چاقی و هم چنین نقشی که پروبیوتیک ها می توانند در کاهش شیوع چاقی در جامعه مدرن ایجاد کند کمک می کند.

مطالعه با جزئیات بیشتر

بر روی 15 زن باردار فنلاندی یک مطالعه تصادفی انجام شد.شرکت کنندگان به دو گروه تقسیم شدند: گروه اول پروبیوتیک حاوی *L. rhamnosus GG* و *B. lactis BB-12* و گروه دیگر پلاسبو مصرف کردند.شروع مصرف پروبیوتیک در دوران بارداری بود و تا شروع شیردهی ادامه پیدا کرد ، که تقریبا 6 ماه پس از زایمان بود.نمونه های خونی از شرکت کنندگان قبل از شروع مصرف مکمل و سپس بین ماه های 6-12 بعد از تولد نوزادان گرفته شد ، از نوزادان نیز در این بازه زمانی نمونه اخذ شد.

پیامدهای آتی این مطالعه چیست؟

محققان بیان کردند که تغییرات ژنتیکی مطلوب زیادی در گروه مصرف کننده پروبیوتیک ها،شامل بهبود متابولیک و ایمنولوژیک در طول دوران بارداری و شیردهی قابل مشاهده است و پروبیوتیک ها فواید بالقوه ای در دوران بارداری و شیردهی دارند.اگرچه در این مطالعه سایر نتایج اندازه گیری نشد.

تیم محققان فنلاندی برای نتایج مطالعه خود تشویق شدند ، اما تاکید کردند که برای شناخت کامل یافته های خود مطالعات بیشتری لازم است.مطالعات بیشتری برای مشخص کردن اثر پروبیوتیک ها بر رشد جنین و اثرات بهداشتی و سلامتی دیگر در کودکان مورد نیاز است.

Reference:

Vahamiko, S. et al. (2018) The impact of probiotic supplementation during pregnancy on DNA methylation of obesity-related genes in mothers and their children. European Journal of Nutrition