

پروبیوتیک ها می توانند از استخوان های بانوان سالمند محافظت کنند



محققان دانشگاه گوتنبرگ، سوئد، برای اولین بار در جهان، نشان دادند که پروبیوتیک ها می توانند برای سلامت اسکلت انسان مفید باشند. این مطالعه نشان داد، زنان سالمندی که پروبیوتیک دریافت کردند در مقایسه با زنانی که تنها دارو نما دریافت کردند، 50 درصد کمتر در معرض از دست دادن بافت استخوانی خود بوده اند. این پژوهش راه جدیدی برای جلوگیری از پوکی و شکستگی استخوان در میان سالمندان باز کرد.

شکستگی استخوان ها با پوکی استخوان، با استخوان های متخلخل و ضعیف شناسایی می شود، این بیماری می تواند موجب شکستگی استخوان حتی در موارد خفیف آسیب دیدگی مانند زمین خوردن شود. نسبت جمعیت دارای پوکی استخوان با بالا رفتن سن افزایش می یابد و اکثر زنان بالای 80 سال دچار این بیماری هستند.

Mattias Lorentzon، پزشک و استاد جراحی در آکادمی Sahlgrenska دانشگاه گوتنبرگ می گوید: "امروزه داروهای مؤثر برای درمان پوکی استخوان وجود دارد اما بدلیل اینکه پوکی استخوان به ندرت قبل از اولین شکستگی تشخیص داده می شود، نیاز به درمان های پیشگیرانه وجود دارد."

این نخستین بار بود که محققان نشان دادند باکتری هایی که به نام پروبیوتیک شناخته می شوند، می توانند به جلوگیری از، از دست رفتن بافت استخوان ها در زنان سالخورده کمک کنند.

این مطالعه در بیمارستان آکادمی Sahlgrenska در سوئد انجام شد و نتایج آن در مجله Internal Medicine به چاپ رسید. در این مطالعه دوسو کور، 90 زن سالمند با میانگین سنی 76 سال، پودر حاوی پروبیوتیک و دارو نما روزانه به مدت یک سال دریافت کردند. در این روش به طور اتفاقی نیمی از زنان درمان فعال با باکتری *Lactobacillus reuteri* 6475 دریافت کردند و نیم دیگر دارو نما. نه محققین و نه بیماران از این مسئله که کدامیک داروی فعال دریافت می کردند با خبر نبودند.

Anna Nilsson یکی از پزشکان و دانشیار آکادمی Sahlgrenska، دانشگاه گوتنبرگ بیان کرد: "هنگامی که مطالعه پس از یک سال به اتمام رسید، میزان از دست دادن استخوان با استفاده از روش سی تی اسکن از پای بیماران اندازه گیری شد و با میزان اندازه گیری شده در ابتدای مطالعه مورد مقایسه قرار گرفت. افرادی که پودر باکتری های فعال دریافت کردند، نصف میزان استخوان نسبت به زنانی که پودر غیر فعال دریافت کرده بودند، از دست داده بودند."

"یکی دیگر از پیامدهای مثبت این مطالعه این بود که این درمان به خوبی قابل تحمل بود و عوارض جانبی بسیار اندکی مشاهده شد."

تحقیقات نشان داده اند که باکتری های روده ای بر روی اسکلت موش تاثیر می گذارند، اما این نخستین مطالعه ای بود که نشان داد که می توان از پروبیوتیک ها برای جلوگیری از کاهش میزان استخوان در افراد مسن استفاده کرد. این کشف می تواند پیامدهای مهمی در آینده به همراه داشته باشد. Mattias Lorentzon می گوید: "زنان سالمند گروهی هستند که بیشترین خطر ابتلا به پوکی استخوان و شکستگی را دارند. این واقعیت که ما توانستیم نشان دهیم که درمان با پروبیوتیک ها می تواند تاثیر بر روی استخوان داشته باشد، دستاوردی مهم است." او همچنین بیان کرد: "درمان با پروبیوتیک ها می توانند راهی مؤثر و ایمن برای پیشگیری از ابتلا به پوکی استخوان در بسیاری از افراد مسن در آینده باشند."