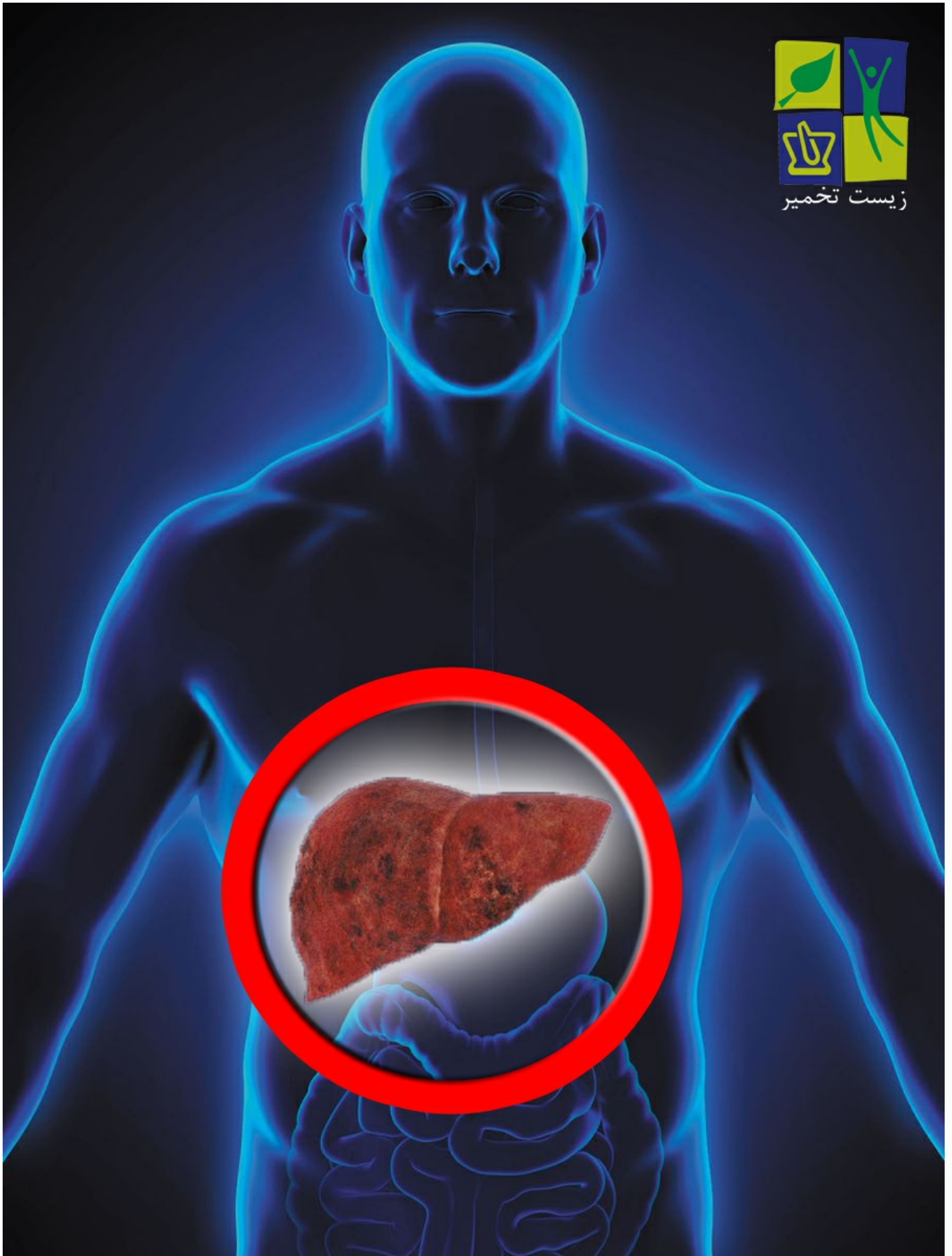




کبد چرب روز به روز در حال گسترش است اما پروبیوتیک ها می توانند برای مقابله با این بیماری وارد عمل شوند.

با افزایش روزافزون چاقی، میان داروخانه های بزرگ برای معرفی داروهای لاغری جدید به بازار، رقابت وجود دارد. بسیاری از داروهای جدید در جهت سرکوب مشکلات متابولیک ناشی از چاقی عمل می کنند: عدم تحمل گلوکز، کلسترول بالا و کبد چرب. این داروها ممکن است تأثیرات اندکی داشته باشند همچنین قیمت بالا و عوارض جانبی زیاد باعث می شود تمایل به استفاده از این داروها کاهش یابد.

به همین دلیل باید به دنبال پیدا کردن جایگزین های سالم و ایمن برای کاهش وزن باشیم. کاهش وزن در مدت زمان کوتاه، هدفی است که علاوه بر مضرات زیاد برای بدن، ناپایدار و بدون ثبوت خواهد بود. از این رو بهتر است از روش های دیگری که ریسک کمتری داشته باشند بهره مند شویم.

استفاده از پروبیوتیک ها

یک آزمایش به تازگی با دو سویه باکتریایی لاکتیک اسید انجام شده است.

سوال مطرح شده در آزمایش این بود که آیا این باکتری ها بر موش های چاق تأثیر خواهند گذاشت یا خیر. در ابتدا به موش ها به مدت 10 روز یک رژیم غذایی پرچرب داده شد تا چاق شدند. سپس غذا به همراه دو سویه باکتری لاکتیک اسید به موشها داده شد.

نتیجه بسیار شگفت انگیز بود:

نیترژن اوره خون، گلوکز و سطح تری گلیسیرید در موشهایی که از مکمل پروبیوتیک استفاده کرده بودند افت کرد.

در موشهای تغذیه شده با مکمل پروبیوتیک، بافت کبد چرب، دارای گرفتگی عروق، تری گلیسیرید و سطح کلسترول کمتری بودند.

امروزه کبد چرب به یک بیماری اپیدمی و رایج تبدیل شده که درمان قطعی برای آن به جز تغییر سبک زندگی وجود ندارد که این تغییر نیز برای تمام بیماران امکان پذیر نیست. یک مقاله علمی در مورد ارتباط میکروبیوم روده با کبد چرب غیر الکلی در مجلات پزشکی منتشر شده است.

بیماری های کبد چرب غیر الکلی در کودکان نیز در حال افزایش است که این موضوع به یک نگرانی بزرگ تبدیل شده است. آزمایشی توسط یک گروه مطالعاتی در ایتالیا انجام شده است. این دانشمندان باکتری های موجود در مدفوع چهار گروه از کودکان را مورد بررسی قرار دادند: کودکان مبتلا به چاقی، مبتلا به چاقی همراه با کبد چرب غیر الکلی (NAFLD)، مبتلا به چاقی همراه با تجمع چربی و التهاب کبدی (NASH) و کودکان سالم که همگی در سن مشابهی قرار داشتند.

نتایج این آزمایش نشان می دهد که پروبیوتیک ها نقش موثری در مقابله با پیشرفت بیماری کبد چرب غیر الکلی و چاقی دارند و استفاده از آنها در محصولات جدید و اختصاصی، مفید و مؤثر خواهد بود.

لاکتوباسیلها غلظت کلسترول پلاسما را کاهش داده و در برابر تجمع چربی در بافتها و سلولهای کبدی در مطالعاتی که بر روی موشها انجام گرفته است، محافظت می کنند.

شناخته شده ترین باکتری های مورد استفاده در محصولات پروبیوتیک، لاکتوباسیلوسها و بیفیدوباکتریوم ها هستند.

باکتری ها نقش عمده ای در جنب، تشکیل امولسیون چربی ها و ویتامین های محلول در چربی در روده کوچک دارند.

دیس بیوزیس (عدم تعادل) فلور میکروبی به همراه افزایش نفوذپذیری مخاط روده، به تدریج باعث بروز پاسخ های التهابی در داخل و خارج از کبد می شود. این موضوع باعث پیشرفت سریعتر بیماری کبد چرب و تبدیل آن به استئاتوهپاتیت (تجمع چربی در کبد به همراه التهاب) می شود.

پروبیوتیک ها یکی از راه های مقابله با چاقی و بیماری های ناشی از آن هستند.

محصولات پروبیوتیک شرکت زیست تخمیر مانند "ژری لاکت" و "لاکتوک"، با کاهش جنب چربی، کاهش سطح کلسترول و همچنین کنترل فرآیندهای التهابی، نقش موثری در کنترل بیماری کبد چرب و جلوگیری از پیشرفت آن دارند.

منبع:

<http://internationalprobiotics.org/fatty-liver>

ترجمه: تیم علمی شرکت زیست تخمیر