



پروبیوتیک ها در دوران بارداری، خصوصیات ایمنی بسیار مهمی دارند. تعادل میکروبیوم های واژن، بر سلامت دوران بارداری تأثیرات ویژه ای دارند. پروبیوتیک های لاکتوباسیل، با تولید عوامل ضد باکتریایی و ضد قارچ از محیط واژن در برابر عوامل بیماری زا مانند باکتری ها و قارچها محافظت می کند. لاکتوباسیل ها با تولید مواد ضد میکروبی مانند پر اکسید هیدروژن و اسید لاکتیک، از محیط واژن در برابر عوامل بیماری زا محافظت می کنند. هنگامی که تعداد باکتریهای مضر در محیط واژن افزایش می یابد، موجب کاهش تعداد لاکتوباسیل ها شده و به دنبال آن، واژینوز باکتریایی ایجاد می شود. به طور کلی تصور می شود که پروبیوتیک برای استفاده در حین بارداری و شیردهی مناسب است. مصرف پروبیوتیک ها در دوران بارداری، موجب تقویت سیستم ایمنی زنان باردار و پیشگیری از بیماری های عفونی، دیابت بارداری، پره اکلامپسی و زایمان های زودرس می شود.

ابتلا به واژینوز باکتریایی، ریسک زایمان زودرس و سقط جنین را افزایش می دهد، بنابراین مصرف پروبیوتیک ها به تعادل میکروبیوم های مفید واژن و پیشگیری از واژینوز باکتریایی کمک می کند.

از دیگر فواید مصرف پروبیوتیک ها در دوران بارداری، رفع یبوست بارداری است. ابتلا به یبوست در دوران بارداری، یکی از نگرانی های رایج در میان زنان باردار است. مصرف پروبیوتیک ها موجب بهبود حرکت روده و کمک به درمان یبوست می شود.

تأثیر مصرف پروبیوتیک ها بر نوزادان

تحقیقات نشان می دهند مصرف پروبیوتیک ها توسط مادر برای جنین نیز تأثیرات مطلوب در پی خواهد داشت. فلور پروبیوتیک علاوه بر دستگاه گوارش در بافت های مخاطی واژن نیز یافت می شود. بدن نوزادان در هنگام تولد، با این باکتری های مفید تماس پیدا می کند که این امر به نوزادان کمک می کند تا سیستم ایمنی سالمی از بدو تولد داشته باشند. استفاده از پروبیوتیک ها خطر عفونتهای ناشی از باکتری های گروه استرپتوکوک B را کاهش می دهد. این گروه از باکتری ها ریسک آسیب رسانی به نوزاد در حال تولد را افزایش می دهند.

با این وجود توصیه می شود مصرف پروبیوتیکها در زنان باردار، مانند سایر مواد دارویی و مکمل ها تحت نظارت پزشک متخصص باشد و تا پایان این دوران از مصرف خودسرانه هر نوع ماده جانبی خودداری شود تا مادر و نوزاد در سلامتی کامل از این دوران عبور کنند.