



فواید پروبیوتیک ها

مصرف پروبیوتیک ها رشد باکتری های مضر را در شرایطی که افراد دچار استرس هستند، کنترل کرده و به سلامت افراد کمک می کنند. پروبیوتیک ها مکمل های غذایی حاوی میکروارگانیسم های زنده ای هستند که برای سلامتی میزبان مفید هستند. کمک به حفظ تعادل باکتری های مضر و مفید روده، حفظ سلامتی دستگاه گوارش، تقویت سیستم ایمنی و کاهش عفونت ها، درمان انواع اسهال ها و عفونت های گوارشی، کمک به پایین آوردن کلسترول و کاهش فشار خون، کمک به بهبود جنبه های معدنی و مغزی و کنترل رشد ویروس ها و باکتری های بیماری زا از فواید مصرف محصولات پروبیوتیک به شمار می آید. امروزه بسیاری از افراد با مصرف آنتی بیوتیک ها برای درمان بیماری ها با عوارضی مانند مشکلات گوارشی (اسهال، یبوست، نفخ و...) مواجه هستند، مصرف پروبیوتیک ها می تواند در رفع این مشکلات گوارشی مفید و موثر باشد.