

تاثیر پروبیوتیک ها بر عوارض جانبی مصرف آنتی بیوتیک



دانشمندان طی تحقیقاتی دریافته‌اند که مصرف پروبیوتیک همراه با آنتی‌بیوتیک می‌تواند مانع از بروز عوارض جانبی آن شود. آنتی‌بیوتیک در روند فعالیت یک نوع باکتری که در داخل معده زندگی می‌کنند اختلال ایجاد کرده و مانع از فعالیت سایر باکتری‌های خطرناک می‌شود. برخی از افرادی که دارای باکتری سی‌دیفیسیل هستند ممکن است علائمی در آنها دیده نشود، در حالی‌که بقیه ممکن است اسهال یا التهاب کولون داشته باشند. وجود یک باکتری خوب و مفید یا مخمر در غذاهای پروبیوتیکی و مکمل‌ها می‌تواند روشی ارزان و مطمئن برای پیشگیری از بروز اسهال سی‌دیفیسیل باشد. همان‌طور که می‌دانید درمان این نوع اسهال بسیار هزینه‌بر است. خوردن غذاهایی که حاوی [پروبیوتیک](#) هستند خطر اسهال را به خطر مصرف آنتی‌بیوتیک کاهش می‌دهد. محققان در تحقیقاتی که بر روی ۴۲۱۳ فرد بزرگسال و بچه انجام دادند به این نتیجه رسیده‌اند که ۲ درصد از افرادی که پروبیوتیک مصرف می‌کنند در مقایسه با ۶ درصد از بیمارانی که به آنها دارو داده شد، اسهال ناشی از سی‌دیفیسیل وخیم‌تر شد. محققان معتقدند: در بازه‌ی زمانی کوتا‌مدت، مصرف پروبیوتیک‌ها همراه با آنتی‌بیوتیک می‌تواند روشی مطمئن و موثر برای پیشگیری از اسهال ناشی از عفونت کلستریدیوم دیفیسیل باشد. در واقع اگر شروع برنامه رژیم مصرف [پروبیوتیک](#)، با مصرف آنتی‌بیوتیک همراه باشد می‌تواند تأثیرات خوبی به همراه داشته باشد. (منبع: mayoclinic)