

PROBIOTIKA

Úvod

Probiotika se stávají stále větším hitem. Dokáží příznivě působit na střevní mikroflóru a jejím prostřednictvím ovlivňují zdravotní stav zvířete včetně jeho imunity. Počet chorob a zdravotních potíží, které pomáhají probiotika eliminovat nebo zlepšovat, se překvapivě rychle rozšiřuje. Nejznámějšími probiotiky používanými u lidí jsou bakterie mléčného kvašení, ale existuje celá řada dalších kmenů bakterií, které se používají především u zvířat.

Předností probiotik je především to, že nejsou škodlivá a působí šetrně a mnohdy i preventivně. Navíc neničí jiné bakterie jako to dělají třeba antibiotika. Probiotika pouze vytlačují špatné bakterie tak, aby vznikla rovnováha mezi prospěšnými a škodlivými bakteriemi.

Čím víc chápeme, jak probiotika fungují, tím víc se musíme obdivovat přirozeným mechanismům přírody. "Mám takový sen," řekl na nedávném 3. mezinárodním kongresu o probioticech v Paříži japonský pediatr, profesor Juichiro Jamaširo. "Zlé bakterie budeme potlačovat nebo zabíjet pomocí těch dobrých. To je má představa o lécích pro 21. století."

Co jsou probiotika

Probiotikum je doplněk stravy, který obsahuje živé mikroorganismy, které prospěšně ovlivňují hostitele tím, že zlepšují mikrobiální rovnováhu v jeho střevech. Jinak řečeno jde o kulturu živých mikroorganismů, které po podání zlepšují vlastnosti mikroflóry zažívacího traktu konzumenta, která má řadu důležitých funkcí v procesu zažívání i obranyschopnosti organismu.

Zažívací trakt a bakterie

V zažívacím traktu je velké množství bakterií dvou rozdílných táborů. Jsou zde bakterie, které organismu prospívají a bakterie, které mohou organismu škodit. Bakterie, které organismu prospívají, rozkládají například živiny na organické kyseliny, jež je schopno střevo vstřebat a v organismu jsou tyto kyseliny využity jako zdroj energie. Zatímco protivníci těchto prospěšných bakterií produkují sloučeniny, které mohou vyvolat nádorové bujení (např. nitrosaminy). A mezi těmito dvěma tábory bakterií probíhá neustále nelítostná a rozsáhlá bitva. A aby to opravdu nebylo jednoduché: boj mezi bakteriemi, které prospívají, a těmi, které mohou škodit, nesmí skončit vítězstvím ani jedné strany. Zdraví závisí na rovnováze mezi nimi. Jako by bakterie vytvořily uvnitř organismu důmyslný ekosystém. Pravidla, kterými se tato bitva řídí ještě nejsou zcela známá. Profesor Philippe Marteau, gastroenterolog Evropské nemocnice G. Pompidoua v Paříži řekl: "Pokud je tento systém v rovnováze, bývá odolný. Když se rovnováha naruší, stane se zranitelným."

Stabilita mikrobů v zažívacím traktu je zatím pro vědce záhadou. Zřejmě je důsledkem dokonalého využití živin, jež jsou mikrobům nabízeny. Žádná z živin využitelných střevními bakteriemi, která se dostane do zažívacího traktu nezůstává ležet ladem. Pokud zůstane ještě nějaká živina „volná“, zbývá prostor pro osídlení zažívacího traktu novou bakterií. Takto je střevo postupně osídleno větším počtem bakterií, které si poradí se všemi živinami. Navíc bakterie vytvářejí dokonale spolupracující tým. To, co jeden mikrob „odhodí“ jako odpad, to je pro druhého mikroba cenná surovina. Nový mikrob se do tak propojeného společenství už jen těžko vmáčkne. To organismus na jedné straně chrání před nebezpečnými střevními bakteriemi (např. salmonelou), na druhé straně vrozená stabilita společenstva střevních mikrobů brání v zásadnějších zásazích do skladby mikroflóry zažívacího traktu.

Bakterie zažívacího traktu v průběhu života

V těle matky má plod střevo zcela bez bakterií. To se však zásadně změní už v okamžiku porodu, kdy se do trávicího traktu novorozence dostanou bakterie z trávicí soustavy a pohlavních orgánů matky. Následně přijímá mládě bakterie z okolí. Většinu jich spolýká s potravou. Nakonec má střevo osídleno asi tuctem „většinových“ bakterií a pestrou menšinou mikrobiální „sebrankou“. Tihle mikrobi jsou jedinci věrní. Mikrobiální osazenstvo střev zůstává bez větších změn po celý zbytek života. Pokud k nějakým změnám dochází, nastávají obvykle až ve stáří zvířat (u lidí po šedesátce), kdy se mikroflora zažívacího traktu rozrůstá o nové položky. Podle Joëla Dorého to souvisí s oslabením funkcí střeva. Nelze vyloučit, že právě ze změn ve střevní mikroflóře vyvěrá zvýšená náchylnost starších jedinců k některým onemocněním zažívacího traktu.

Co narušuje střevní mikroflóru ?

V běžném životě existuje mnoho situací či příčin, které mohou narušit správné složení střevní mikroflóry. Mezi nejčastější příčiny řadíme:

- přehnaná hygiena, kvůli které jsme se ocitli v nepřírodném bakteriálním prostředí
- charakter výživy – průmyslově zpracovaná krmiva, která musí vyhovět značným nárokům na hygienu i trvanlivost a mají již málo společného se stravou předků, plnou přirozených bakterií
- fyzický a psychický stres
- věk, zvláště u starších psů se v trávicím traktu objevují bakterie, které působí nepříznivě
- průjmy a různá onemocnění: záněty střevní sliznice, onemocnění tlustého střeva a podobně

A ve všech těchto případech je možno tyto příznivě ovlivnit přípravky s probiotikem.

Prospěšnost probiotik

Probiotika se osvědčila u řady chorob i zdravotních potíží: potíže s nadměrnou plynatostí a špatným trávením

- snížení rizika opakovaných infekcí močových cest a pohlavního ústrojí (prokázáno u lidí)
- jako prevence proti zácpám a průjmům
- zmírňují problémy, které doprovázejí záněty střev
- mírní zažívací potíže způsobené chemoterapií a terapií antibiotiky
- zvyšují odolnost proti infekcím
- snižují riziko rozvinutí alergií nebo zlepšují stav těchto onemocnění (prokázáno u lidí)

Principy léčby probiotiky

Důvod, proč zkoušíme měnit nebo obnovit složení mikrobiální mikroflóry v zažívacím traktu, je zřejmý. Chceme, aby v něm bylo co nejvíce prospěšných bakterií a co nejméně škodlivých.

Komerčně dodávaná probiotika obsahují samozřejmě jen prospěšné bakterie.

Zásadou terapie probiotiky by také mělo být, že jednorázové nebo pouze krátkodobé užívání živých bakterií z probiotických preparátů nemá naději na úspěch. Bakterie z probiotika se mohou udržet ve střevě jen, když jejich neustále řídňující stavy permanentně doplňujeme.

