

A *Lactobacillus reuteri* Protectis® preventív alkalmazása az őszi időszakban

Hull a levél,
Szelíd napfény mosolyog,
Itt van az ősz:
Tudjátok-e, mit hozott?
(Gedeon Ferke: Őszi vers)

Az iskolák megnyitották kapuikat, a kicsiknél megkezdődött a bölcsődei, óvodai beszoktatás, amely rendszerint nem zökkenőmentes. Előkerül a sapka, sál, gumicsizma, fázósan lépünk ki az ajtón, orrunkat pirosra csípi a hideg; a nappalok rövidülnek, az esték szürkék, ködösek... Nap mint nap felvetődik a kérdés: mit lehet tenni a fertőzések megelőzéséért?

A probiotikumok jótékony hatása a hasmenéssel járó és a légúti megbetegedések megelőzésében

A probiotikumok jótékony hatása régóta ismert, egyre több magas evidenciaszintű ajánlás lát napvilágot az egyes baktériumtörzsek adott indikációs területen történő alkalmazásával kapcsolatban. Használatuk legelfogadottabb a hasmenéses betegségek megelőzésében, a betegség időtartamának lerövidítésében. *Gutierrez és munkatársai* (1) által végzett vizsgálat során 3–36 hónapos kisdetek 12 héten át *Lactobacillus reuteri* Protectis® szupplementációban részesültek. Az intervenció idejében és az azt követő 12 hétben szignifikánsan csökkent a hasmenéses epizódok száma, a hasmenéses napok száma, valamint a légúti infekció előfordulása és az antibiotikumot igénylő szövődmények fellépése a kontrollcsoportéhoz képest. A *Lactobacillus reuteri* Protectis® szupplementáció tehát költségkímélő mind a család, mind a társadalom számára.

A D-vitamin hatása az immunrendszerre

A D-vitaminnal kapcsolatos ismeretek napról napra bővülnek. A napfény során képződő, illetve a táplálékkal bevitt vitamin csontanyagcserében betöltött szerepe már több mint száz éve ismert, azonban sorra jelennek meg közlemények a sejtek növekedésében, differenciálódásában, az immunrendszer szabályozásában betöltött szerepéről. Bizonyított, hogy az immunrendszer szinte valamennyi sejtjében megtalálhatók a D-vitamin-receptor (VDR) és a D-vitamin metabolizációjában részt vevő enzimek, ezáltal a D-vitamin jelentős szerepet tölt be az immunfolyamatok szabályozásában. A D-vitamin fokozza a fagocyták kemotaxisát, phagocytosisát, ezzel támogatja a veleszületett immunitást a fertőzéses immunválaszban. A fertőzés későbbi szakaszában – a kórokozók elpusztítása után – a citokintermelés gátlásán keresztül akadályozza a krónikus gyulladás kialakulását (2). A vitamin immunhomeosztázis szabályozásában betöltött szerepe alacsony D-vitamin-szint mellett zavart szenved.

Magyarországon végzett felmérések szerint a hazai gyermekkorú lakosság körében igen elterjedt az alacsony D-vitamin-szint: a nyári hónapokban 20%, télen 48%-ban mérhető nagyon alacsony, 30 µg/ml alatti szint. Sajnos az édesanyák rossz D-vitamin-ellátottságának köszönhetően sok újszülött D-vitamin-hiányosan születik. A D-vitamin nagyobbik része a napsugárzás hatására keletkezik, azonban a káros napsugárzás elleni fényvédő krémek következtében sok esetben még a nyári hónapokban sem jut a gyermek elegendő D-vitaminhoz. Önmagában a szoptatással, táplálkozással a szükséglet nem fedezhető. A hazai szokások szerint a D-vitamin-pótlás egyéves korig rutinszerű, azonban az ezt követő időszakban egyre gyakrabban feledésbe merül, pedig főként a téli hónapokban igen nagy a jelentősége. A D-vitamin-hiány népegészségügyi probléma: a rendelkezésre álló adatok alapján a D-vitamin preventív célú alkalmazása sok megbetegedés – közte az infekciós betegségek – prevalenciáját csökkentené (3). A legóvatosabb álláspont szerint is kívánatos lenne kisgyerekeknek 400 NE, iskoláskortól az öregekig pedig napi 1000 NE D-vitamin adása, legalább a téli időszakban.

DR. KAROLINY ANNA, Heim Pál Gyermekkórház, Budapest

Kettős immuntámogatás a megelőzésért



BioGaia® D-vitaminnal

***Lactobacillus reuteri* Protectis®-t
tartalmazó csepp és rágótabletta
D-vitaminnal,
az immunrendszer támogatásáért!**



Speciális - gyógyászati célra szánt - tápszer

Új közösség, új élmények, új barátságok. A közösségbe járással azonban gyakran megnövekszik a fertőzéses megbetegedések száma is.

Javasolja a BioGaia® D-vitaminos termékek preventív alkalmazását a gyermekek immunrendszerének támogatására!

- anyatejből izolált *L. reuteri* Protectis® és a D-vitamin együttes erejével hat
- kényelmes kiszárlás: probiotikum és D-vitamin egy készítményben
- 1 tablett / 5 csepp fedezi a gyermekek számára ajánlott napi D-vitamin szükségletet

www.biogaia.hu



Irodalomjegyzék:

1. Pedro Gutiérrez-Castrellón, M.D., M.Sc., D.Sc., Head of Translational Research Unit on Pediatric Nutrition – Hospital General Dr. Manuel Gea González, Mexico and Academic Professor of Public Health at Medicine Faculty. ULSA - Mexico. Diarrhea in preschool children and *Lactobacillus reuteri*: a randomized controlled trial *Pediatrics*, published online 17 March 2014, DOI: 10.1542/peds.2013-0652
2. Dr. Dérfalvi Beáta, Prof. Szabó András: A D-vitaminhiány immunológiai következményei; *Focus medicinae*, 2011. XIII./3.
3. Prof. Szabó András: D-vitaminhiány és a génreguláció zavara, *Focus medicinae*, 2011. XIII./3.