

ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОБИОТИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ У ГЕРОНТОВ

Парахонский А.П.

Кубанский медицинский университет, Краснодар, Россия

E-mail: para.path@mail.ru

Современные фундаментальные и клинические исследования свидетельствуют о том, что сохранение и поддержание нормального микробиоценоза является определяющим фактором здоровья и защиты организма человека в любом возрасте. Установлено, что микрофлора играет главную роль в предотвращении колонизации кишечника болезнетворными микробами, а также участвует в ферментации лактозы, является источником необходимых организму короткоцепочечных жирных кислот, оказывает противоопухолевое действие, нейтрализует токсины, стимулирует иммунную систему (ИС), снижает уровень липидов крови, участвует в синтезе витаминов. Множество факторов способно вызвать нарушение баланса микрофлоры кишечника и превратить её в источник гнойно-септических инфекций, аллергии, мутаций тканей организма. Одним из перспективных подходов для поддержания и восстановления нормального микробиоценоза кишечника является использование пробиотических продуктов (ПП) питания. Основой для ПП являются традиционные кисломолочные продукты, обогащённые штаммами бифидобактерий и лактобацилл. Стратегией создания данных продуктов направлена на обеспечение постоянного присутствия в конкретном биотопе (ротовая полость, кишечник и др.) достаточного количества пробиотических микроорганизмов, предотвращающих проникновение и развитие патогенных бактерий. Определяющей характеристикой ПП является их реальная польза и функциональная эффективность. Их достоинствами являются: возможность длительного применения с учётом физиологического количества микроорганизмов; восполнение потребности организма в некоторых биологически активных веществах; снижение уровня лактозы, повышение содержания лактата и свободных аминокислот, галактозы, жирных кислот, витаминов группы В. Выделен ряд эффектов ПП:

- уменьшение выраженности симптомов непереносимости лактозы за счёт β -галактозидазы;
- нормализация состава микрофлоры, снижение продукции токсических метаболитов;
- профилактика инфекций ЖКТ, обусловленная повышением титров защитных антител, стимуляцией секреторного иммунного ответа, защитой слизистой оболочки кишечника за счёт предупреждения и исключения патогенных микроорганизмов;
- воздействие на ИС путём повышения фагоцитарной активности лейкоцитов, стимуляции продукции Ig A, пролиферации интраэпителиальных лимфоцитов, усиления специфического иммунного ответа, регуляции Т-хелперного баланса и синтеза цитокинов;
- изменение аллергической реактивности в результате восстановления гомеостаза ИС, регуляции синтеза цитокинов, предотвращения транслокации антигенов в кровь;
- профилактика канцерогенеза и роста опухолей, обусловленная снижением мутагенности и разрушением канцерогенов, изменением активности кишечной микрофлоры;
- снижение уровня холестерина, антиоксидантное действие;
- купирование инфекции, вызванной *Helicobacter pylori*, вследствие конкурентного исключения, продукции молочной кислоты и антимикробных веществ;
- регуляция моторики кишечника.

Однако популярные биокефир и бифидок содержат микроорганизмы, не характерные для человека; их количество не стандартизировано; высокая кислотность препятствует размножению бифидобактерий, т.е. они не отвечают требованиям к продуктам функционального питания.

В клинических исследованиях изучена эффективность включения в рацион питания пациентов пожилого возраста кисломолочного продукта Актимель, созданного на основе молока, ферментированного *Lactobacillus bulgaricus* и *Streptococcus thermophilus*, и обогащённого пробиотическим штаммом *Lactobacillus casei*. Геронты были разделены на три группы и

получали молоко, йогурт и Актимель – соответственно, в течение трёх месяцев. Установлено, что потребление Актимель значительно снижало продолжительность эпизодов диареи. Показан профилактический эффект регулярного употребления Актимель в отношении кишечных инфекций у лиц пожилого возраста и его положительное влияние на микрофлору толстого кишечника. Отмечено восстановление нормального уровня лактобацилл и бифидобактерий на фоне значительного снижения факультативно-патогенной микрофлоры, купирование симптомов интоксикации и анорексии. Увеличение Ig A свидетельствовало об иммуномодулирующем эффекте Актимель. Показано, что употребление данного продукта способствовало улучшению общего состояния пациентов пожилого возраста, повышению их активности и аппетита. Регресс симптомов нарушения функций ЖКТ в основной группе геронтов был более быстрым.

Таким образом, перспективным подходом к поддержанию микроэкологии и её коррекции является использование ПП. Они являются эффективным инструментом для профилактики и лечения дисбактериозов, сопровождающих ряд патологических состояний. Применение ПП существенно расширяет возможности для оказания медико-социальной помощи геронтам. Актимель является ПП нового поколения, так как содержит уникальный пробиотический штамм *Lactobacillus casei* Defensis. Он создаёт барьер на пути инфекций, укрепляет естественную защитную систему организма.