

Доктор Кутушов о пробиотиках простым языком

Тематика: **Здоровье и спорт**
Корпоративные новости

Дата публикации: 23.08.2022

г. Москва

Дата мероприятия / события: 23.08.2022

Здоровье современного человека начинается со здоровой микрофлоры организма – в этом твёрдо уверен к.м.н., профессор, врач-токсиколог Михаил Кутушов. Пробиотики не только помогают восстановить баланс микрофлоры кишечника и усваивать питательные вещества, но и положительно влияют на иммунитет и настроение.

Здоровье современного человека начинается со здоровой микрофлоры организма – в этом твёрдо уверен к.м.н., профессор, врач-токсиколог Михаил Кутушов. Пробиотики не только помогают восстановить баланс микрофлоры кишечника и усваивать питательные вещества, но и положительно влияют на иммунитет и настроение.

“Любые изменения в микробиоме человека взаимосвязаны с его болезнями. На качественный и количественный состав бактерий влияет депрессия, аллергия, бронхиальная астма, ранний детский аутизм и многое другое. Если оптимизировать микробиом кишечника, то можно восстановить здоровье человека”, - рассказывает Михаил Кутушов.

Основная функция пробиотиков – формирование иммунного ответа хозяина. Фактически это живые организмы - бактерии, которые влияют на микробиом человека. Микробиом у каждого человека уникален, именно он регулирует первично работу иммунной системы и ЖКТ, которые влияют на общее самочувствие человека.

Кому обязательно нужно пропить курс пробиотиков:

Детям и взрослым после антибиотиков

Детям и взрослым, склонным к аллергии, особенно к экземам

Детям и взрослым при ОРВИ и тем, у кого ослаблен иммунитет

Детям и взрослым для профилактики кариеса

Беременным, а также кормящим матерям для профилактики и лечения лактостаза

“Чем больше видов бактерий живет в кишечнике, тем сильнее микробиота, а значит ее влияние на пищеварение, иммунитет и даже защиту от онкологии. Если правильно кормить микробиоту, она восстановит гомеостаз, не даст организму заболеть и преждевременно постареть, а сформирует пассивный иммунитет!”, – поясняет доктор Кутушов.

Постоянная ссылка на материал: <http://www.smi2go.ru/publications/146122/>