

Slova probiotika a prebiotika (odvozena z řeckého „bios“, což znamená život) byla donedávna téměř neznámá.

Dnes však jde o pojmy stále častěji skloňované, jak odborníky, tak laickou veřejností. Probiotika i prebiotika mají totiž široké pole působnosti a jejich využití v medicíně roste. Jejich velkou předností je, že jde o tzv. „látky tělu vlastní“, jsou tedy přirozenou součástí zdravého lidského organismu.

V poslední době je stále více pozornosti věnováno fyziologické střevní mikroflóře. Snaha spočívá především v ovlivnění jejího optimálního složení. První pokusy se datují již od počátku 20. století, kdy v roce 1908 nositel Nobelovy ceny ruský vědec Ilja Mečnikov zveřejnil teorii, že konzumace kysaných mléčných potravin, obsahujících laktobacily, přispívá k dlouhověkosti. Termín „probiotic“ byl poprvé použit v roce 1965, jako slovo opačného významu k termínu „antibiotic“.

V čem spočívá probiotický účinek těchto bakterií?

Přínosů lze najít velké množství. Obecně lze říci, že probiotika podporují růst fyziologické střevní mikroflóry

*a zabraňují růstu flóry pro organismus patogenní.

V současné době probíhá celá řada klinických studií, které zkoumají možnosti terapeutického využití probiotik v klinické praxi. Spolu s prebiotiky lze úspěšně použít v terapii nespecifických střevních zánětů, postantibiotické dysmikrobie, ke kolonizaci střeva nedonošených novorozenců a ve stadiu zkoušek jsou i jejich účinky a vliv

na vývoj alergických kožních chorob, u jaterních
onemocnění a karcinogeneze.