

フローリング通信

2022年12月15日

プロバイオティクス (probiotics) について

プロバイオティクスとは、アンチバイオティクス (抗生物質) に対して提案された用語であり、共生を意味するプロバイオシス (probiosis、pro:共に、~のために、biosis:生きる) を語源としています。「腸内フローラのバランスを改善することによって、宿主の健康に好影響を与える生きた微生物」と定義されています (腸内細菌学会)。

プロバイオティクスの条件としては、安全性・もともとの腸内フローラの一員・胃液や胆汁に耐えて生きたまま腸内に到達できる、等であり、乳酸菌やビフィズス菌が代表です。効果としては、便秘および下痢の改善効果、免疫機能改善効果による感染防御等があります。

近年、子宮内の乳酸桿菌の割合と妊娠との関連性が注目されています。乳酸桿菌が多く存在する場合に良好な妊娠率が得られるというものです。それに対してさまざまな試みがなされ、乳酸菌プロバイオティクスの経口摂取もそのひとつです。乳酸菌サプリメントの摂取により安定した膣内および子宮内乳酸菌の定着が期待できます。ラクトフェリンと同時に摂取するとより効果的です。

ラクトフェリンおよびプロバイオティクスに関してのお問い合わせは、スタッフまでお願いいたします。