

03/04

LACTOBACILLUS RHAMNOSUS GG



Probiotyki są często stosowane w zapobieganiu bieguncie wywołanej przez antybiotykoterapię. Jednak niezwykle istotne jest, aby ich działanie było potwierdzone badaniami – tak jak *Lactobacillus rhamnosus GG*.

Szczep ten odkryty został w 1985 roku przez dwóch amerykańskich naukowców – Sherwooda Gorbacha i Barry'ego Goldina, którzy przez lata zajmowali się poszukiwaniem szczepu bakteryjnego wywierającego **dobroczynny wpływ** na organizm człowieka.

Przyjęli oni założenia, że wyizolowany szczep powinien posiadać **zdolność kolonizacji jelita** przy zachowaniu **wysokiej odporności** na działanie kwasu żołądkowego i żółci. Powinien również wykazywać szybkie tempo wzrostu, a także uczestniczyć w wytwarzaniu **substancji antybakteryjnych** i zapewniać maksymalne **bezpieczeństwo** stosowania. Efektem badań jest szczep probiotyczny *Lactobacillus rhamnosus GG* wpisany w 1987 roku do **Amerykańskiej Kolekcji Szczepów Bakteryjnych** pod numerem 53103.

Lactobacillus rhamnosus GG:

- pochodzi z **przewodu pokarmowego człowieka**,
- posiada **klasyfikację i kod taksonomiczny** zgodnie z wytycznymi FAO/WHO (Organizacja ds. Wyżywienia i Rolnictwa/Światowa Organizacja Zdrowia),
- ma potwierdzony w wielu badaniach klinicznych i publikacjach naukowych (ponad 500) **korzystny wpływ** na organizm człowieka,
- badania dowodzą, że **obniża ryzyko** wystąpienia objawów ubocznych antybiotykoterapii, takich jak **ból brzucha o 69%** i **luźne stolce o 65%**
- może być stosowany razem z antybiotykiem, ponieważ posiada **zerowy potencjał przenoszenia plazmidów**,
- jest **najlepiej poznany i udokumentowanym** szczepem probiotycznym, polecanym przez autorytety w dziedzinie żywienia niemowląt i dzieci.

Badania wykazały, że podawany profilaktycznie probiotyk *Lactobacillus rhamnosus GG* **zapobiega występowaniu biegunki** u dzieci przebywających w szpitalach **aż o 79%**

Lactobacillus rhamnosus GG może również efektywnie **wspomagać odporność** – zarówno wrodzoną, jak i nabytą. Podczas badań bakterie tego szczepu podawane zdrowym dzieciom uczęszczającym do żłobka i przedszkola przez 3 miesiące (w okresie jesienno-zimowym) **zmniejszyły ryzyko zachorowania na infekcyjne zapalenie**

górnych dróg oddechowych o 34% a w przypadku infekcji trwających dłużej niż 3 dni nawet o **43%**

Według najnowszych wytycznych Europejskiego Stowarzyszenia Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia w Pediatrii (ESPGHAN – European Society of Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) z 2014 roku, mówiących o **postępowaniu w ostrej bieguncie u dzieci**, eksperci rekomendują stosowanie probiotyków o udowodnionej skuteczności i DPN (doustnych płynów nawadniających) jako skutecznej metody skrócenia czasu utrzymywania się objawów ostrej biegunki i zmniejszenia ich nasilenia. **ESPGHAN rekomenduje** tylko 2 szczepy probiotyczne, które są skuteczne, a jednym z nich jest ***Lactobacillus rhamnosus GG*** w dawce $\geq 10^{10}$ CFU (jednostek tworzących kolonie)/24 h, zwykle przez 5-7 dni.



„Bakteria ta [*Lactobacillus rhamnosus GG* – przyp. red.] spełnia warunki idealnego probiotyku, m.in. pochodzi z przewodu pokarmowego człowieka, odporna jest na działanie soku żołądkowego i kwasów żółciowych oraz wykazuje dużą zdolność przylegania do nabłonka jelitowego. (...) *Lactobacillus rhamnosus GG* wspomaga odporność organizmu, chroni ekosystem przewodu pokarmowego podczas terapii antybiotykowej i w trakcie trwania biegunki.”

Czerwionka-Szaflarska M.: Najnowsze trendy w pediatrii – wytyczne i zalecenia. Przewodnik Lekarza 2/2007

- FAO/WHO (2001) Health and Nutritional Properties of Probiotics in Food including Powder Milk with Live Lactic Acid Bacteria. Report of a Joint FAO/WHO Expert Consultation on Evaluation of Health and Nutritional Properties of Probiotics in Food including Powder Milk with Live Lactic Acid Bacteria.
- Vanderhoof JA i wsp. *Lactobacillus GG* in the prevention of antibiotic-associated diarrhea in children. J. Pediatr. 1999, 135: 564-568.
- Szajewska H i wsp. Efficacy of *Lactobacillus GG* in prevention of nosocomial diarrhea in infants. J. Pediatr. 2001, 138: 361-365.
- Hojsak I i wsp. *Lactobacillus GG* in the prevention of gastrointestinal and respiratory tract infections in children who attend day care centers: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. Clin. Nutr. 2010, 29 (3): 312-316.
- Aktualne (2014) wytyczne European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition oraz European Society for Paediatric Infectious Diseases. Postępowanie w ostrej bieguncie u dzieci. Medycyna Praktyczna Pediatria 2014/04.