

اثرات سلامت بخشی پروبیوتیکها در طول بارداری

دکتر عزیز همایونی راد، نفیسه سرقینی*

* کارشناس ارشد تغذیه دانشگاه علوم وم پزشکی تبریز - تبریز n.sargheini@yahoo.com

مقدمه:مراقبت های دوران بارداری، یکی از چالش های بزرگ در پزشکی می باشد.انواع مختلفی از پروتکل ها و درمان ها در زندگی مادر و کودک تأثیر می گذارند.اخیراً استفاده از پروبیوتیکها در زمینه طب مادر _ کودک و نوزادان بیشتر مورد توجه قرار گرفته است. پروبیوتیکها میکروارگانیزم های زنده ای هستند که اگر به تعداد کافی مورد مصرف قرار گیرند، موجب بروز اثرات سلامت بخش در میزبان می شوند.اگر چه مصرف مکمل ها و غذاهای پروبیوتیکی روز به روز در حال افزایش است ولی اثرات آنها در طول بارداری نیاز به توجه زیادی دارد. مواد و روشها: مقالات چاپ شده از سالهای ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۱ در زمینه ی پروبیوتیکها و بارداری در **Pubmed** و **ScienceDirect** مورد بررسی قرار گرفتند. این مطالعات مشتمل بر مقالات بالینی، متا آنالیز و مطالعات مروری بود. نتایج: طبق مطالعات انجام شده، اختلاف معنی داری در وزن زمان تولد، قد نوزاد هنگام تولد، بروز زایمان طبیعی، شیوع زایمان سزارین و سن حاملگی دیده نشد.مصرف پروبیوتیکها در طول بارداری با کاهش خطر ابتلا به آتوپیک درماتیت در نوزادان همراه است. همچنین مصرف پروبیوتیکها خطر دیابت حاملگی را در مادران کاهش داد. پروبیوتیکها از یبوست طول دوره بارداری که بیشتر زنان آن را تجربه می کنند، جلوگیری می کند.علاوه بر این تجویز خوراکی پروبیوتیکها می تواند فلورهای واژن را در زنان باردار بهبود دهد. نتیجه گیری: اگر چه مصرف پروبیوتیکها سلامتی زنان باردار را تهدید نمی کند، مطالعات بیشتری در مورد مصرف پروبیوتیکها در طول سه ماه اول بارداری باید انجام شود زیرا در اکثر مطالعات مکمل یاری زنان با پروبیوتیکها در سه ماهه سوم شروع شده است.

واژه های کلیدی: پروبیوتیک، بارداری