

PROBİYOTİKLER NEDİR?

Mikrobiyota dengesine nasıl katkı sağlarlar?

Ne çok ne az, etki etmeye tam olarak yetecek miktarda alınmalıdır.

Probiyotikler **canlı mikroorganizmalardır** ve **uygun miktarlarda alındığında, organizma sağlığına katkı sunarlar.**

Etki için canlılık gerekir: Ölü mikroorganizmalar probiyotik değildir!

Kısacası, faydalı etkileri onu kullananlar üzerinde kanıtlanmıştır.

Oral veya lokal yolla (ör. deri, vajinal vb.).

1 Probiyotik olarak kullanılan mikroorganizmalar hangileridir?

bakteriler

mayalar



ör. Bifidobakteriyum
Bifidobacterium

ör. Laktobasil
Lactobacillus

ör. Sakkoramiçes

Onları tanımlamak için, tümünün aşağıdakilerden oluşan bir latince adı olduğu bilinmelidir:

CİNS

TÜR

SUŞ

(bu onu benzersiz kılar)

ör. *Lactobacillus*

acidophilus

XYZ123



2 Probiyotiği şunlarla karıştırmayın...



antibiyotik



mikrobiyot



prebiyotik



fekal mikrobiyota transplantasyonu (FMT)



fermente gıda



3 Hangi durumlarda faydalı olduğu görülmüştür?



akne, dermatit atopik hastalıklar...



idrar yolu enfeksiyonları...



kandidiyaz, bakteriyel vajinozis...



alerjik rinit, kış solunum yolu enfeksiyonları...

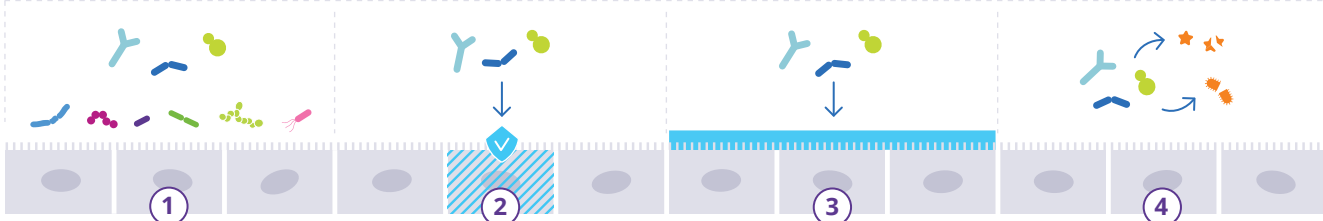


antibiyotiklere bağlı ishal, gastroenterit, irritabl barsak sendromu...

4 Vücudumuza nasıl etki ederler?



PROBİYOTİKLER



5 Nasıl tasarlanmışlardır?

Bir üretim örneği

1. AŞAMA



Olası mikroorganizmaların tanımlanması

2. AŞAMA



Faydalı özelliklere sahip mikroorganizmaların seçimi

3. AŞAMA



Güvenliklerinin doğrulanması

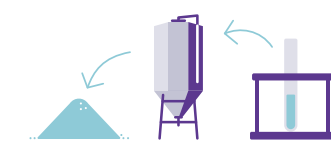
4. AŞAMA



İnsanda faydalı etkilerin validasyonu



Ambalajlama, stoklama ve nakliye



üretim: bir fermentörde çoğaltma, mikroorganizmaların santrifüjlenmesi ve liyofilizasyonu