TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Vì sao cần bổ sung Probiotic để cân bằng hệ vi sinh đường ruột ?

14:40 16/11/2022

Hệ vi sinh bao gồm lợi và cả hại khuẩn tồn tại song song trên cơ thể người với hơn 2.000 loại khác nhau. Khi sống "hòa bình" và cân bằng trong cơ thể chúng sẽ mang nhiều lợi ích cho sức khỏe. Với người mất cân bằng hệ vi sinh đường ruột, có cách nào khắc phục?



Bác sĩ Nguyễn Vũ Linh - Trưởng Trung tâm dinh dưỡng Vinamilk trình bày tại hội thảo.

Ngày 05/11, tại Trung tâm Y khoa Medic (TP. HCM) đã diễn ra hội thảo đào tạo liên tục (CME) trực tiếp tại chỗ và trực tuyến cho các bác sĩ hành nghề y nói chung và hành nghề y tư nhân nói riêng với chủ đề "Hệ vi sinh đường ruột - từ lý thuyết đến ứng dụng cấy ghép kỹ thuật cao".

Tại hội thảo, nhiều vấn đề và giải pháp được nêu ra xoay quanh chủ đề Hệ vi sinh đường ruột.

Hệ vi sinh mang lại nhiều lợi ích cho sức khỏe

Mở đầu hội thảo, bác sĩ Nguyễn Vũ Linh - Trưởng trung tâm dinh dưỡng Vinamilk nhắc đến thông điệp quý giá về vai trò và lợi ích của lợi khuẩn đối với sức khỏe tổng thể nói chung và hệ tiêu hóa – miễn dịch nói riêng thông qua các nghiên cứu lâm sàng.

Theo đó, khi cơ thể có đầy đủ và cân bằng hệ vi sinh đường ruột sẽ giúp cải thiện tình trạng dinh dưỡng, viêm nhiễm hô hấp, biếng ăn ở trẻ, cải thiện tình trạng rối loạn tiêu hóa, đặc biệt là hỗ trợ nâng cao sức đề kháng thông qua tăng nồng độ IgA (kháng thể đóng vai trò quan trọng trong hệ miễn dịch) ở trẻ thuộc nhóm can thiệp so với nhóm chứng.

TS Huỳnh Phước Thọ - giám đốc Phòng khám Đa khoa Sài gòn Toranomon - cho biết hệ vi sinh tồn tại trên cơ thể chúng ta với hơn 2.000 loại khác nhau. Hiện chúng ta chỉ biết được khoảng 30%, còn lại chưa biết.

Khi sống “hòa bình” trên cơ thể người, hệ vi sinh vật mang lại những lợi ích to lớn cho sức khỏe chúng ta như tổng hợp vitamin K, B12. Đồng thời còn giúp ngăn ngừa sự xâm lập các mầm bệnh; ức chế các hại khuẩn bằng cách tiết ra các chất ức chế, tiêu diệt chúng cũng như kích thích sự phát triển của một số loại mô (biểu mô niêm mạc đường tiêu hóa - hô hấp - niệu dục, hệ bạch huyết, mao mạch và sản xuất ra các kháng thể).

Theo báo cáo khoa học đăng trên NPJ Biofilms and Microbiomes (thuộc nhà xuất bản Springer Nature), bên cạnh những tác dụng hữu ích đối với đường tiêu hóa và hệ thống miễn dịch, lợi khuẩn probiotics còn giúp giải độc cơ thể, giảm lượng kim loại nặng trong máu hiệu quả.”

Có cách nào cân bằng hệ vi sinh?



TS. Huỳnh Phước Thọ, Giám đốc Phòng khám Đa khoa Sài gòn Toranomon (trái) và TS David Ong Eng Hui - Chủ tịch Hội Nội tiêu hóa Singapore (phải) trả lời câu hỏi các bác sĩ xung quanh kỹ thuật cấy ghép vi sinh FMT.

Bài báo cáo của TS David Ong Eng Hui - cố vấn cao cấp chuyên khoa tiêu hóa Bệnh viện Mount Elizabeth, kiêm Chủ tịch Hội Nội tiêu hóa Singapore - đã cập nhật những hiểu biết về hệ vi sinh đường ruột nhờ vào những tiến bộ khoa học hiện đại gần đây.

Ông cho rằng sự mất cân bằng của hệ vi sinh là một trong những nguyên nhân quan trọng dẫn đến những rối loạn và các hội chứng nghiêm trọng ở đường tiêu hoá cũng như nhiều chức năng khác.

Chia sẻ thêm cách để duy trì trạng thái cân bằng bền vững của hệ vi sinh đường ruột, bác sĩ Nguyễn Vũ Linh khuyến cáo người dân nên có chế độ ăn cân đối và đa dạng, bổ sung lợi khuẩn (probiotics) vào khẩu phần hàng ngày.



Đại diện Công ty Vinamilk (với nhãn hàng Probi), bác sĩ Nguyễn Vũ Linh nhận Thư cảm ơn tài trợ của Liên chi Hội Hành nghề y tư nhân TP.HCM.

Cũng tại hội thảo, bác sĩ Nguyễn Vũ Linh cho biết thêm, sữa chua uống men sống Probi đã được kiểm chứng tính năng các thành tố của sản phẩm, đồng thời được thử nghiệm lâm sàng trên chính sản phẩm Probi ở trẻ em Việt Nam, do Viện Dinh dưỡng thực hiện với những lợi ích thiết thực cho sức khỏe tổng thể nói chung và đường tiêu hóa nói riêng.

PV

Vì sao cần bổ sung Probiotic để cân bằng hệ vi sinh đường ruột ?
https://thuonghieucongluan.com.vn/vi-sao-can-bo-sung-probiotic-de-can-bang-he-vi-sinh-duong-ruot-a184927.html