



Deutsche Gesellschaft für Nährstoffmedizin
und Prävention (DGNP) e. V.

Bifidobakterien-Probiotikum: Effektiv bei metabolischem Syndrom

Der Nutzen von **probiotischen Kulturen** bei einem metabolischen Syndrom und anderen kardiovaskulären Erkrankungen ist bereits durch viele Studien untersucht. Eine aktuelle Studie aus Brasilien konnte nun positive Effekte für die Art Bifidobacterium lactis nachweisen. 51 Personen mit einem metabolischen Syndrom erhielten über 45 Tage entweder 80 ml Milch mit Bifidobacterium lactis oder ein Placebo.

Ergebnisse

Nach 45 Tagen zeigte sich, dass die Gruppe, die die Bifidobakterien zu sich genommen hatte, einen signifikant geringeren BMI und signifikant geringere Gesamtcholesterin- und LDL-Cholesterinwerte im Vergleich zur Placebogruppe und den eigenen Ausgangswerten hatte. Des Weiteren konnte eine signifikante Abnahme der Entzündungsmarker Tumornekrosefaktor-alpha (TNF-alpha) und Interleukin-6 (IL-6) beobachtet werden.

Zusammenfassung

Das Probiotikum Bifidobacterium lactis kann sich positiv auf den Gesundheitszustand bei einem metabolischen Syndrom auswirken.

Bernini LJ, Simão AN, Alfieri DF, Lozovoy MA, Mari NL, de Souza CH, Dichi I, Costa GN.

Beneficial effects of Bifidobacterium lactis on lipid profile and cytokines in patients with metabolic syndrome: A randomized trial. Effects of probiotics on metabolic syndrome.

Nutrition. 2016 Juni; 32(6): 716-9