

מרץ, 2019

Israeli Medical Abstracts Repository (IMAR)

מוצרי חלב, מיקרוביוטה, קשישים, מדדי בריאות, מערכת העיכול: (Up to 5) Key words
נושא: בדיקת הקשר בין צריכת מוצרי חלב והרכב המיקרוביוטה של מערכת העיכול ומדדי בריאות ותפקוד של

קשישים שיקומיים

החוקרים: פרופ' דנית שחר, ענבר שמילוביץ, דר' נחמה מונסטירסקי, פרופ' צבי ויצמן

מוסדות המחקר: אוניברסיטת בן-גוריון, בית חולים בית בלב, בית חולים סורוקה. חוקר ראשי: אוניברסיטת בן-גוריון בנגב

שנת התחלה: 2013 שנת סיום: 2015

רקע: חיידקי המעי מכילים מיליוני מיקרואורגניזמים החיים בתוך בעל החיים. הרכב החיידקים משפיע על בריאות וחולי כאשר בגיל המבוגר נמצא קשר בין הרכב חיידקי המעי לבין תפקוד קוגניטיבי ופיזי. מוצרי חלב נמצאו כבעלי השפעה חיובית על הרכב החיידקים וכן על הפקוד של מערכת העיכול כולל שלשול, עצירות ותחושה כללית.

השערת העבודה ומטרותיה: מטרות העבודה : (1) לבדוק את הקשר בין צריכת מוצרי חלב בכלל ומוצרים פרוביוטיים כגון יוגורט בפרט לתפקוד מערכת העיכול, עצירות שלשול ואי נוחות. (2) לבדוק את הקשר בין צריכת מוצרי חלב להרכב החיידקים החיוביים והשליליים של מערכת העיכול. (3) בחינת היחסים המשולבים בין צריכת מוצרי חלב, הרכב החיידקים מצב בריאותי ויכולות תפקודיות של קשישים שיקומיים. השערות: (1) ימצא קשר משמעותי בין צריכת מוצרי חלב בכלל ומוצרים פרוביוטיים כגון יוגורט בפרט ותפקודי מערכת העיכול בגיל המבוגר. (2) ימצא קשר משמעותי בין צריכת מוצרי חלב ומגוון החיידקים של מערכת העיכול (3) מגוון חיידקים מצומצם יהיה קשור עם מצב בריאותי ותפקודי ירוד.

שיטות: המחקר התבצע בקרב אוכלוסיית קשישים המאושפזים במחלקות השיקומיות של מרכז 'בית בלב' בבת-ים. משתתפי המחקר עברו הערכה תזונתית מקיפה ובדקה הצריכה התזונתית של מוצרי חלב לאחר חתימה על טופס הסכמה מדעת. נערכות הערכות תפקודיות שונות וכן נאסף מידע רפואי מתיקיהם הרפואיים של המשתתפים. בדיקות צואה (1גר') נילקחו ע"י אחיות המחלקה. הבדיקות נשלחו במרכז בצידנית מקוררת למעבדתה של פרופסור סימה ירון במכון הביוטכנולוגי בטכניון בחיפה לבחינת הרכב החיידקים של מערכת העיכול תוך שימוש בבדיקות גנטיות.

ממצאים: צריכת מוצרי חלב בקרב משתתפי המחקר היתה גבוהה באופן יחסי כאשר סה"כ הסטטוס התזונתי של המשתתפים היה גבוה ביחס למחקרים אחרים בקרב אוכלוסייה מבוגרת בעיקר נוכח ממוצע הגילאים המתקדם 78 שנה באוכלוסיית מחקר זו. צריכת חלב השפיעה על גיוון חיידקי מערכת העיכול וכן באופן סלקטיבי על הזנים השונים. הבדלים אלו נמצאו קשורים בצריכת חלב ומוצרי, אך משמעותם עדיין אינה ברורה. לא נמצא קשר בין צריכת מוצרי חלב, הרכב חיידקי מערכת העיכול ורמות תפקוד שונות.

דיון ומסקנות

נראתה צריכה גבוהה של מוצרי חלב שהיתה קשורה למגוון הזנים של חיידקי מערכת העיכול עם השפעה סלקטיבית על חלקם. הבדלים בפיזור משפחות החיידקים נמצאו קשורות בצריכת חלב ומוצרי. אנליזות נוספות לאחר קבלת כל הניתוחים יאפשרו להסיק מסקנות ברורות יותר על הקשר בין תזונה והמיקרוביום בגיל המבוגר.