

## İrritabl (huzursuz) bağırsak sendromu (IBS) ve Disbiyozis'e humik asitler

Dr. Ercan Petekkaya, gastrointestinal sistem hastalıklarından olan İBS ve Disbiyozis hakkında önemli bilgiler paylaştı.



Dr. Ercan Petekkaya

En sık görülen fonksiyonel gastrointestinal sistem hastalıklarından olan İBS için kesin bir tedavi yöntemi belirlenemediği gibi; uygulanan tüm ilaçların, tolere edilebilirlik ve güvenlik endişeleri tedaviyi zorlaştırmaktadır. S. Haufe ve arkadaşları Almanya'da yaptıkları çalışmada ishalin baskın olduğu İBS-D hastalarında, humik asitlerin etkisini incelemişler. İBS şiddeti, puanlama sistemi ile ölçülmüş, ölçümlemede birincil hedef olarak semptomların iyileşmesi, ikincil hedef olarak da yaşam kalitesindeki iyileşmeler dikkate alınmıştır. 46 hastada yapılan çalışmada, humik asit kullanan grubun yüzde 57,9'u

tedaviye çok iyi yanıt vermiş ve herhangi bir advers etki görülmemiştir. (Detaylara "Biomedical Journal of Scientific & Technical Research, 2021, Vol. 33, Issue 1"de yayınlanan makaleden ulaşılabilir.)

Humik asitlerin hem bağırsakları koruyucu etkisi hem de prebiyotik etkisi ile kommensal bakterilerin kolaylıkla çoğalmasını sağladığı da tespit edilmiştir. İBS, disbiyozisle birlikte seyrederek ve son yıllarda genel eğilim disbiyozisin prebiyotiklerle sağaltılması yönündedir. Ancak prebiyotikler için uygun ortam sağlanmadığı takdirde onların ortama tutunup çoğalmaları ve normal mikrobiyotaya doğru bir gelişim sağlamaları çok zordur. Bu nedenle İBS ve disbiyoziste öncelik, bağırsak mikrobiyotasının gelişimi için uygun ortamın hazırlanmasıdır. Aksi takdirde bağırsak mikrobiyotasının patojenlere doğru kayması sonucu, şiddeti artan bir hastalık tablosu ile karşı karşıya kalınabilir. Yıpranmış bir bağırsak aksına, prebiyotiklerin tutunması neredeyse imkânsızdır.

Humik asitler, koloidal molekülleri sayesinde bağırsaklardan emilmeksizin mukoza üzerinde oluşturdukları film tabaka ile mukozayı dış etkenlere karşı korur, mukozanın rejenerasyonu için fırsat verirler.

### Humik asitlerin önemi

Disbiyozisin gelişmiş olduğu bir bağırsak aksı, patojenlere karşı predispozitedir. Humik asitler patojenlerin bağırsak hücrelerine tutunmalarını engelleyerek olası hastalıklara karşı koruyucu rol de oynarlar. Probiyotikler faydalıdır; ancak disbiyozisin gelişmiş olduğu bir bağırsak aksında tutunabilmeleri çok güç olacağından; öncelikle tutunup, gelişebilecekleri bir ortamın oluşturulması gereklidir. Humik asitler bu ortamı oluşturabilmektedir. Bu nedenle İBS VE DİSBIYOZİS durumlarında öncelikle humik asitlerin kullanımı tedavide önemli bir katkı sunacaktır. Ayrıca humik asitlerin, prebiyotiklerle birlikte kullanımı mikrobiyotanın olumlu gelişmesini hızlandırır.

# HumineX®

Bağışıklık sistemini güçlendirir...



- Humik asitler bağırsak mukozasını kaplar.
- Virüslerin tutulumunu azaltır.
- Etkin barsak mukoza rejenerasyonu hızlandırır.
- Patojenler ve metabolitlerine karşı etkin koruma sağlar.
- Dışarıdan alınan probiyotiklerin tutunmasını kolaylaştırır.



DOĞANIN SUNDUĞU İKSİR DistileX®  
www.distileks.com