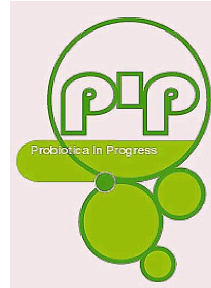


W organizmie człowieka istnieją 2 główne miejsca, w których dochodzi do bezpośredniego kontaktu z różnymi antygenami pochodzącymi ze środowiska zewnętrznego, w tym chorobotwórczymi wirusami, bakteriami, antygenami pokarmowymi (doc. dr hab. n. med. Bożena Cukrowska ). Są to:

- [skóra](#)
- [błony śluzowe pokrywające układ pokarmowy, oddechowy, moczowo-płciowy. Do błon śluzowych zaliczamy również spojówkę oka.](#)



Utrzymanie skóry i błon śluzowych w nieuszkodzonym stanie oraz z właściwą mikroflorą na ich powierzchni jest najprostszą obroną przed atakiem „intruzów”.

Prawidłowa mikroflora skóry warunkuje prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz chroni przed infekcjami. Podobnie jak w przewodzie pokarmowym powinniśmy dostarczyć jej probiotyków, czyli dobrych bakterii. Gdy dobrych bakterii jest mniej, wówczas może dojść do szybkiego namnażania się drobnoustrojów chorobotwórczych, czego skutkiem są infekcje. Dezynfekcję możemy porównać do antybiotykoterapii. Antybiotyki i dezynfekanty działają na organizm podobnie jak broń masowego rażenia: zwalczają chorobotwórcze bakterie, które wywołały infekcję, ale przy okazji niszczą też takie, które są przyjazne dla organizmu. Na jałowej powierzchni szybciej namnażają się patogeny. Po kuracji antybiotykowej mogą pojawić się problemy trawienne (wzdęcia, bóle brzucha, biegunki), powierzchnia skóry staje się osłabiona i podatna na infekcje. Dlatego tak ważne, w obu przypadkach, jest dostarczenie probiotyków.

### Przykład

Za przyczynę trądziku odpowiedzialne są bakterie beztlenowe [Propionibacterium acnes](#). Bakterie należą do mikroflory skóry, ale przy załamaniu układu odpornościowego i nadmiernym rozwoju stają się pasożytami infekującymi skórę. Nadmierne namnażanie się drobnoustrojów

prowadzi do powstania stanu zapalnego skóry.

Stabilizacja mikrobiologiczna powierzchni skóry korzystnie wpływa na prawidłowy metabolizm komórek i hamuje rozwój patogennej flory bakteryjnej.

Idea probiozy znajduje coraz szersze zastosowanie w medycynie. Możliwość jej wykorzystania w profilaktyce i leczeniu sprawia, iż probiotykoterapię stosuje się już standardowo w licznych jednostkach chorobowych. Nie bez znaczenia jest nieinwazyjność i wielokrotnie potwierdzone bezpieczeństwo suplementacji.