

БУДЕМ ДРУЖИТЬ?

ПРОБИОТИКИ были названы одним из главных трендов 2017 года! По мнению американского дерматолога Уитни Боуи, эти «дружественные» бактерии – наши помощники в борьбе за идеальную кожу, причем как при употреблении внутрь, так и в составе косметики. С Уитни соглашаются и эксперты ресурса Trendstop, которые уверены: спрос на средства с бифидо- и лактобактериями будет активно расти. «Кишечная флора тесно связана с иммунной системой, а значит, влияет и на состояние кожи – особенно это касается воспалений и покраснений, – говорит Боуи. – Вот почему я советую пациентам добавлять в рацион продукты, богатые пробиотиками: йогурт, мисо-суп, квашеную капусту и комбучу». Впрочем, немало специалистов замечают: пока недостаточно доказательств для того, чтобы делать однозначные выводы. *Grazia* решила поинтересоваться мнением экспертов на этот счет!



ЮЛИЯ ЩЕРБАТОВА,
к.м.н., дерматокосметолог,
эксперт компании
Merz Aesthetics

«Пробиотики полезны тогда, когда в желудочно-кишечном тракте состояние дисбиоза. Причины его возникновения могут быть разными – от недостатка определенных микроэлементов до побочных эффектов антибиотиков. Именно в связи с их приемом и назначают бактерии. Во всех остальных случаях это не вредно, но и не улучшает состояние организма. Здоровый человек не нуждается в постоянной поддержке флоры. Если вы доставили полезные микроорганизмы в ЖКТ, а они там не живут, значит, нужно решать проблему. А «отправлять» все новые и новые партии бессмысленно с медицинской точки зрения».



НАТАЛЬЯ ТОПИЛЬСКАЯ,
к.м.н., терапевт,
гастроэнтеролог Резиденции
долголетия и красоты *GLMed*

«Поддержание здоровья полости рта, профилактика и лечение таких заболеваний кожи, как экзема, а также предотвращение аллергии – вот потенциальные области применения пробиотиков. Однако в этих направлениях существует не так много исследований, как в отношении пищеварительной системы, и они на данный момент противоречивы. Не могу сказать о целесообразности использования таких веществ в составе средств для лица. Принято считать, что большинство пробиотиков безопасны, однако, пока неизвестно, как скажется прием подобных препаратов, например, на здоровые пациентов с тяжелыми нарушениями иммунной системы. Бактерии можно употреблять тем, у кого нет диагностированных проблем с органами пищеварения. Тем не менее, прежде чем добавлять их в рацион, следует проконсультироваться с врачом».

ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ ПРОБИОТИКИ ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ КОЖИ? ЭКСПЕРТЫ РАСХОДЯТСЯ ВО МНЕНИЯХ!