

## عنوان مقاله:

بررسی اثرات مصرف ماست پروبیوتیک در تعدیل سیستم ایمنی

## محل انتشار:

بیستمین کنگره ملی علوم و صنایع غذایی (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

کبری فرهودی - کارشناس صنایع غذایی

عزیز همایونی راد - استادیار دانشگاه علوم پزشکی تبریز

لاله پیاھو - دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تغذیه

یاسر خواجه بیشک - دانشجوی کارشناسی ارشد

## خلاصه مقاله:

در طی چند دهه گذشته مصرف فراورده های تخمیری حاصل از شیربویژه ماست به میزان زیادی افزایش یافته است ماست مانند شیر منبع مهمی از کلسیم و فسفر می باشد که این دو عنصر برای ساخت و نگهداری استخوان ها ضروری هستند نشان داده شده که ماست به دلیل دارا بودن باکتری های اسید لاکتیک علاوه برداشتن نقش محافظ در بروز بسیاری از بیماریها بر روی هر دو نوع سیستم ایمنی طبیعی و اکتسابی اثر گذار است از جمله مکانیسم های درگیر در این فرایند افزایش تکثیر لنفوسیت ها تولید اسیدهای ارگانیک و مواد شبه آنتی بادی افزایش تولید سیتوکین های محافظ و کاهش تولید سیتوکین های مضر افزایش فعالیت فاگوسیتیک گرانولوسیت ها و سلولهای کشنده طبیعی و نیز کاهش شکل گیری تومور در اثر مهار عوامل سرطان زا می باشند با در نظر گرفتن این عوامل توصیه به مصرف ماست و سایر فراورده های تخمیری حاصل از شیر جهت ارتقا فعالیت سیستم ایمنی و پیشگیری از بیماریهای مرتبط می گردد.

## کلمات کلیدی:

ماست - پروبیوتیک ها - سیستم ایمنی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/149037>

