มติชน กรอบบ่าย
Matichon (Mid-Day)
Circulation: 950,000
Ad Rate: 1,100

**Section:** First Section/-
**วันที่:** เสาร์ 24 กุมภาพันธ์ 2561
**ปีที่:** 41 **ฉบับที่:** 14594 **หน้า:** 9(ขวา)
**Col.Inch:** 29.17 **Ad Value:** 32,087 **PRValue (x3):** 96,261 **Clip:** Black/White
**หัวข้อข่าว:** ชี้ 'นมเปรี้ยว' ป้องกันหวัดใหญ่เสริมวัคซีน-ผู้ป่วยเบาหวานงด

# ชี้'นมเปรี้ยว'ป้องกันหวัดใหญ่ เสริมวัคซีน-ผู้ป่วยเบาหวานงด

เมื่อวันที่ 22 กุมภาพันธ์ ที่สถาบันโภชนาการ ผศ.ทพญ.ดุลยพร ตราชูธรรม อาจารย์ประจำหลักสูตรพิษวิทยา และโภชนาการเพื่ออาหารปลอดภัย สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล แถลงข่าว "ผลการศึกษานมเปรี้ยวมีผลต่อการเสริมภูมิต้านทานโรคไข้หวัดใหญ่หรือไม่" ว่า โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจที่พบบ่อยและเป็นปัญหาสำคัญทั่วโลก ซึ่งการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่นั้น องค์การอนามัยโลกประกาศออกมาว่า แนวทางป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ที่ดีที่สุด คือ การใช้วัคซีน โดยวัคซีนหลักๆ มีอย่างน้อย 3 ชนิด คือ 1.ป้องกันชนิด A สายพันธุ์ H1N1 2.H3N2 และ 3.ไวรัสชนิด B แม้วัคซีนจะป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ได้ แต่ก็ไม่เต็ม 100 เปอร์เซ็นต์ สถาบันโภชนาการได้ศึกษาโพรไบโอติกส์ (probiotics) ซึ่งเป็นจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายมนุษย์ พบในอาหารหลายชนิด เช่น นมเปรี้ยว โยเกิร์ต (yogurt) และเนยแข็ง เป็นต้น ซึ่งประโยชน์ของโพรไบโอติกส์ทั้งการปรับสมดุลแบคทีเรียในลำไส้ กระตุ้นการขับถ่าย ตลอดจนเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

ผศ.ทพญ.ดุลยพรกล่าวว่า ทีมนักวิจัยจากสถาบันโภชนาการ คณะเวชศาสตร์เขตร้อนและศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก มหาวิทยาลัยมหิดล จึงศึกษาวิจัยในคนเกี่ยวกับประสิทธิผลของนมเปรี้ยวที่มีโพรไบโอติกส์ต่อการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันไข้หวัดใหญ่ ในอาสาสมัคร 60 คน หากดื่มนมโพรไบโอติกส์เพิ่มเติม นอกเหนือจากการรับวัคซีนจะยิ่งช่วยเสริมภูมิคุ้มกันป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ได้มากขึ้นหรือไม่

ชมคลิปวิดีโอ

"จากผลการวิจัยพบว่า ในอาสาสมัครที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ หากได้รับวัคซีนร่วมกับรับประทานนมเปรี้ยวที่มีโพรไบโอติกส์ จะมีอัตราการสร้างภูมิคุ้มกันใหม่ต่อเชื้อ H1N1 และ H3N2 สูงกว่ากลุ่มที่รับนมที่ไม่มีโพรไบโอติกส์ นอกจากเชื้อ H3N2 ในคนที่มีภูมิอยู่แล้ว การรับประทานนมเปรี้ยวที่มีโพรไบโอติกส์ช่วยให้อัตราการตอบสนองต่อวัคซีนต้านไวรัส H3N2 เพิ่มขึ้นอย่างน้อย 2 เท่า" ผศ.ทพญ.ดุลยพรกล่าว

เมื่อถามว่าอาสาสมัครที่รับนมเปรี้ยวร่วมกับการฉีดวัคซีนทั้ง 3 ชนิด มีภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้นเท่าไหร่ ผศ.ทพญ.ดุลยพรกล่าวว่า สำหรับกลุ่มที่รับวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ชนิด H1N1 ที่รับนมเปรี้ยวไม่มีโพรไบโอติกส์มีอัตราการสร้างภูมิคุ้มกันไม่ถึงร้อยละ 60 แต่กลุ่มที่รับนมเปรี้ยวที่มีโพรไบโอติกส์มีอัตราการสร้างภูมิคุ้มกันสูงกว่าร้อยละ 80 ส่วนกลุ่มที่รับวัคซีนที่ต่อต้านเชื้อ H3N2 ที่รับนมเปรี้ยวแบบไม่มีโพรไบโอติกส์มีอัตราการสร้างภูมิคุ้มกัน 60 เปอร์เซ็นต์ แต่หากรับนมเปรี้ยวที่มีโพรไบโอติกส์จะมีอัตราการตอบสนองหรือการสร้างภูมิคุ้มกันสูงถึง 100 เปอร์เซ็นต์ อย่างไรก็ตามยังมีข้อควรระวัง คือ โพรไบโอติกส์ ไม่ควรใช้ในผู้ป่วยหนักเสี่ยงต่อการเสียชีวิต หรือคนที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวานที่คุมน้ำตาลไม่ได้และไม่ควรใช้เลี้ยงทารก



iQNewsAlert
บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด | 888/178 อาคารมหาทุนพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsalert.com