

٩٤٪ من سيدات مصر يشكين من مشاكل الهضم

الأبحاث العلمية تؤكد علي أهمية الخمائر الحيوية "ActiRegularis" لتحسين أداء الجهاز الهضمي

أجرت الحوار دينا وادي:



د. إبراهيم مصطفى

قد تبدو حاد المزاج أو غير قادر علي القيام بمهام يومك الطبيعية، هذه الأعراض قد تكون ناجمة عن وجود مشكلات في الجهاز الهضمي، تجعله غير قادر علي القيام بعمله بصورة سليمة، مما يؤثر بشكل مباشر علي أسلوب حياتك.

الأستاذ الدكتور / إبراهيم مصطفى أستاذ الجهاز الهضمي والكبد وإستشاري زراعة الكبد يؤكد أن وجود مشكلات في الجهاز الهضمي مما يؤدي إلى أعراض مثل الإحساس بالانتفاخ والثقل والصداع و عدم الراحة. وهي شكاوى مرتبطة بالطعام، بمعنى أن الناس تعاني من اضطرابات في عملية الهضم بسبب نوعية و طريقة تناول الطعام. وبالبحث في أسباب تلك الإضطرابات توصل الأطباء إلى أن السبب الرئيسي هو أن تكون البكتيريا الموجودة في المعدة غير مضبوطة ، وبالتالي تؤثر على عملية الهضم بالسلب لذا حاول الباحثون تنشيط البكتيريا النافعة الموجودة أساساً بالمعدة لإعادتها إلى أصلها لتساعد في عملية الهضم.

ويقول أن عملية الهضم كلها تكتمل عند أوائل الأمعاء الرفيعة التي تختص بامتصاص الطعام الذي تم هضمه، وتظل الفضلات أو بقايا الطعام في الأمعاء الغليظة وتنتج منها إلى فتحة الشرج. وهذه هي الدورة الطبيعية التي تتم من خلالها عملية هضم الأطعمة.

ضارة ونافعة وهل هناك بكتيريا داخل المعدة!؟

في معدة الإنسان هناك بكتيريا ضارة وأخرى بكتيريا نافعة وبينهم توازن طبيعي. والجهاز الهضمي بطبيعته يتخلص من كل ما هو زائد ويستفيد بالباقي، وتتم هذه المنظومة

عن طريق مرور الطعام بدءً من فتحة الفم حتى فتحة الشرج. وكان الباحثون غير مهتمين بموضوع البكتيريا، حتى توصلوا إلى أن البكتيريا أنواع وأعداد يمكن تغييرها وزيادتها بحيث تخدم الإنسان ولا تضره.

«خمائر البروبيوتك» كيف يتم إستخدام الخمائر الحيوية «البروبيوتك» لخدمة عملية الهضم؟

ويشير الأستاذ الدكتور / إبراهيم مصطفى أستاذ الجهاز الهضمي والكبد وإستشاري زراعة الكبد إلى أنه كان الهدف الأساسي أمام العلماء هو إستخدام هذه البكتيريا النافعة لخدمة عملية الهضم. وأحياناً نحن - كأطباء - ننصح للبعض بأدوية تكون مهمتها تغيير طبيعة البكتيريا لتساعد على الهضم مثل حالات الإنتفاخ مثلاً.

ومع الأبحاث الحديثة ظهرت إكتشافات جديدة تستخدم البكتيريا للإستفادة منها وهو ما يسمى بالخمائر الحيوية «البروبيوتك» الذي غير من مفهوم البكتيريا كعدو أو مضر إلى خمائر يمكنها تسهيل عملية الهضم مثل خميرة "ActiRegularis" مع ضرورة أن تكون ضمن المكونات الغذائية اليومية للفرد لإحداث توازن داخل الجهاز الهضمي و خاصة في القولون حتى يمكنه القيام بمهامه الطبيعية.

التوازن المطلوب كيف يحدث هذا التوازن؟

يتم إعادة التوازن من خلال إضافة الخمائر الحيوية التي تسبب التوازن الطبيعي للبكتيريا الموجودة في القولون لتوفير الظروف المناسبة لعمل الجهاز الهضمي.

لذا إذا حدث خلل في البكتيريا الموجودة يتم استخدام الخمائر الحيوية من خلال الفم بحيث تصل بشكل مباشر إلى المعدة وتبدأ في التكاثر وتغطي القولون وتحديث توازننا يؤدي الي تحسين عملية الهضم وقيام الجهاز الهضمي بدوره الطبيعي.

خميرة "ActiRegularis" وهل ترون أن مدة الـ ١٥ يوم كافية للإحساس بفرق في إنتظام الهضم؟

أهم من كل ذلك هو أسلوب الغذاء، لأن نوعية الطعام «مظلومة» في عملية الهضم و المهم أسلوب تناول الأطعمة ومضغها بصورة سليمة مع تناول الأطعمة التي تحتوي على الخمائر الحيوية «البروبيوتك» و خميرة "ActiRegularis" التي يمكنها - من خلال الإستهلاك في الغذاء اليومي - تنظيم عملية الهضم وسيرها بالأسلوب الطبيعي.

ولدعم هذه الفكرة أطلقت «دانون» منتجها أكتيفيا لأول مرة في فرنسا في عام ١٩٨٦ وهو الآن متواجد في ٤٩ دولة في أنحاء العالم.

وخلال السنوات الأخيرة أثبتت الدراسات البحثية أن زبادي أكتيفيا يساعد على تنظيم عملية الهضم خلال ١٥ يوماً لأحتوائه على الـ "ActiRegularis" وهي خميرة حيوية فريدة من نوعها وتصنع خصيصاً لدانون حول العالم. وهذا ما أكدته الأبحاث العلمية الصادرة عن مركز أبحاث مجموعة دانون في فرنسا وأشرف عليه باحثون مستقلون. وأصبح زبادي أكتيفيا من أسرع منتجات مجموعة دانون نمواً ويزيد إجمالي مبيعاته السنوية عن ١٤ مليار جنيه مصري.

يذكر أيضاً أن زبادي أكتيفيا طبيعي ١٠٠٪ وبدون أي مواد حافظة. وهو الزبادي الرائد في مجال البروبيوتك في مصر.

اكتيفيا

