



GENACTIV®

## Badanie kliniczne - arkusz informacyjny

### Supplementation with Bovine Colostrum Decreases Intestinal Permeability and Stool Concentrations of Zonulin in Athletes.

M. Hałasa i in. (2017)

Dostęp online: DOI: 10.3390/nu9040370

SKRÓT

- Podwójnie ślepa próba, kontrolowana placebo
- Dawka badana: Colostrum Genactiv 500 mg, suszony banan 500 mg, 2x dziennie przez 20 dni
- Placebo: serwatka 500 mg, banan suszony 500 mg, 2x dziennie przez 20 dni
- 16 zdrowych zawodników MMA, płci męskiej, średnia wieku 27,5 lat
- Testy oceniające stan bariery jelitowej: test L/M i test z zonuliną.

#### Cel badania:

Celem badania była ocena wpływu suplementacji colostrum bovinum na parametry związane z przepuszczalnością jelit w grupie sportowców w szczytowym okresie przygotowań do zawodów.

#### Uczestnicy:

Grupa 16 zdrowych ochotników płci męskiej w wieku od 20 do 43 lat (mediana = 26 lat, średnia = 27,5 lat) została wybrana losowo spośród 40 zawodników mieszanych sztuk walki, aktywnie trenujących w środku sezonu zawodów. Podczas badania jedna osoba z grupy kontrolnej odpadła (termin zbiegł się z terminem zawodów sportowych).

#### Grupa badana - 8 osób



**Colostrum Genactiv 500mg + banan suszony 500mg**

#### Grupa kontrolna - 7 osób



**Placebo - serwatka 500mg + banan suszony 500mg**

**20 dni suplementacji. Jedna saaszetka doustnie rano i jedna wieczorem; obie dawki przyjmowano 30 min przed posiłkiem.**

#### Testy:

##### Test: Laktuloza i mannitol (L/M)

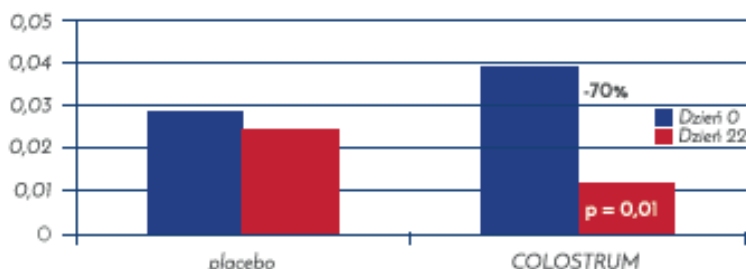
Jeśli ścisłe połączenia międzykomórkowe w jelitach są uszkodzone lub rozluźnione, **wydalenie z moczem laktulozy w stosunku do mannitolu wzrasta**. Różnicowy test wchłaniania cukru można uznać za bezpośredni wskaźnik przepuszczalności jelit.

##### Test: Zonulina

Oznaczenie stężenia zonuliny to kolejne przydatne badanie w ocenie funkcjonowania bariery jelitowej. **Wzrost poziomu zonuliny w kale uznawany jest za marker rozszczelnienia jelita.**

# Wyniki:

Na podstawie literatury i doświadczeń własnych ustalono normy dla laktulozy i mannitolu.  
Średnie wartości testu L/M w grupie otrzymującej placebo lub Colostrum.



Średnia wartość testu L/M w grupie suplementowanej Colostrum spadła o 70%.

- **Brak efektów ubocznych**

Dane z wywiadu i kwestionariusza wskazują, że żaden z uczestników grupy otrzymującej Colostrum nie zgłosił żadnych istotnych skutków ubocznych związanych z suplementacją ze strony układu pokarmowego.

- **Spadek przepuszczalności jelit**

Suplementacja Colostrum spowodowała znaczny spadek przepuszczalności jelit. Zmiany przepuszczalności ( $\Delta$ ) po interwencji w porównaniu z wartością wyjściową w grupie otrzymującej placebo i siarę były znacząco różne. Średnia wartość testu L/M w grupie suplementowanej Colostrum spadła o 70%.

- **100% skuteczności**

Różnicowy test absorpcji laktulozy obniżył się we wszystkich przypadkach do określonego z góry normalnego zakresu odniesienia ( $L/M < 0,035$ ) po suplementacji siary.

# Wnioski:

Nasze badanie wykazało, że suplementacja colostrum zmniejszyła wcześniej podwyższoną przepuszczalność jelitową i była w stanie przywrócić ją do normy **w mniej niż 3 tygodnie, stosunkowo niewielką dawką**. Suplementacja colostrum również zmniejszała stężenie zonuliny w jelitach, co może być korzystne przy przywracaniu właściwego stanu bariery jelitowej.



Przejdź do badania



nutrients

