

Badanie kliniczne - arkusz informacyjny

Moderate Dose Bovine Colostrum Supplementation in Prevention of Upper Respiratory Tract Infections in Medical University Students: A Randomized, Triple Blind, Placebo-Controlled Trial

M. Baśkiewicz-Halasa i in. (2023)

Dostęp online: <https://doi.org/10.3390/nu15081925>

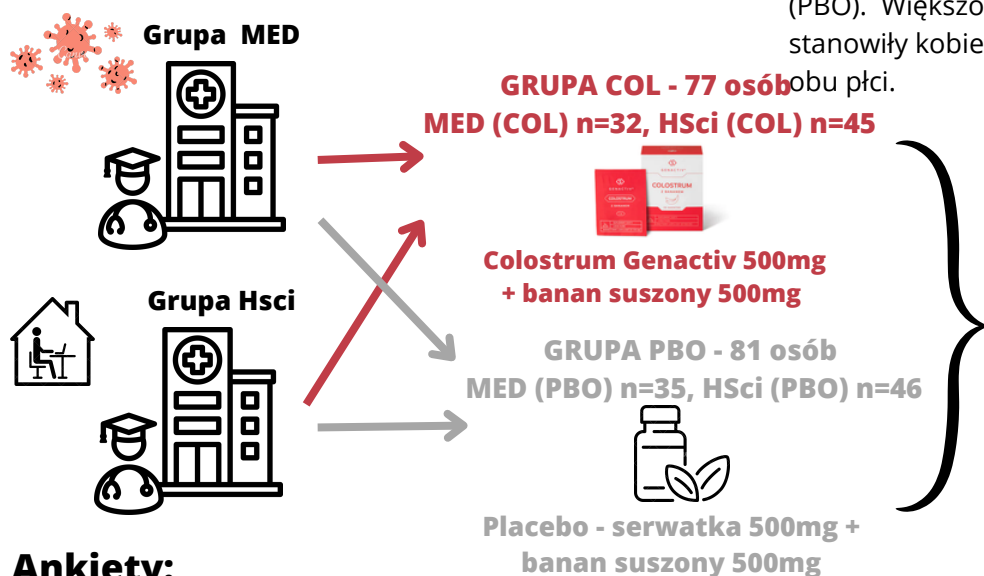
- Potrójnie ślepa próba, kontrolowana placebo
- Dawka (1 saszetka): Colostrum Genactiv 500 mg + suszony banan 500 mg
- Placebo (1 saszetka): serwatka 500 mg + suszony banan 500 mg
- Czas trwania badania: 107 dni
- 158 uczestników, studenci PUM, mediana wieku 21 lat
- Trzy rodzaje kwestionariuszy: wstępny, dzienny i tygodniowy

Cel badania:

Badanie miało na celu sprawdzenie, czy młodzi dorośli (inni niż sportowcy), potencjalnie narażeni na zwiększone ryzyko rozwoju infekcji górnych dróg oddechowych (URTI) mogą odnieść korzyści z suplementacji colostrum.

Uczestnicy:

Uczestnikami byli studenci dwóch wydziałów: **Lekarskiego (MED) oraz Nauk o zdrowiu (HSci)**. Wyselekcjonowano 158 kwalifikujących się uczestników, 77 umieszczono w grupie otrzymującej colostrum (COL), a 81 w grupie otrzymującej placebo (PBO). Większość uczestników (n = 123, 77,84%) stanowiły kobiety, a mediana wieku wynosiła 21 lat dla obu płci.



Ankiety:

W tej próbie zastosowano trzy rodzaje ankiet: wstępną, dzienną i tygodniową. Najważniejszy - codzienny kwestionariusz był krótki (7 pytań), a główne pytania dotyczące stanu zdrowia uczestników dotyczyły nasilenia objawów URTI, obecności i rodzaju objawów żołądkowo-jelitowych (GI) oraz stanu samopoczucia. W pytaniu o obecność i nasilenie objawów URTI można było wybrać cztery odpowiedzi: 0 punktów - brak objawów; 1 punkt - łagodne objawy, 2 punkty - mierne objawy ograniczające codzienną aktywność, 3 punkty - ciężkie objawy uniemożliwiające wykonywanie codziennych czynności.

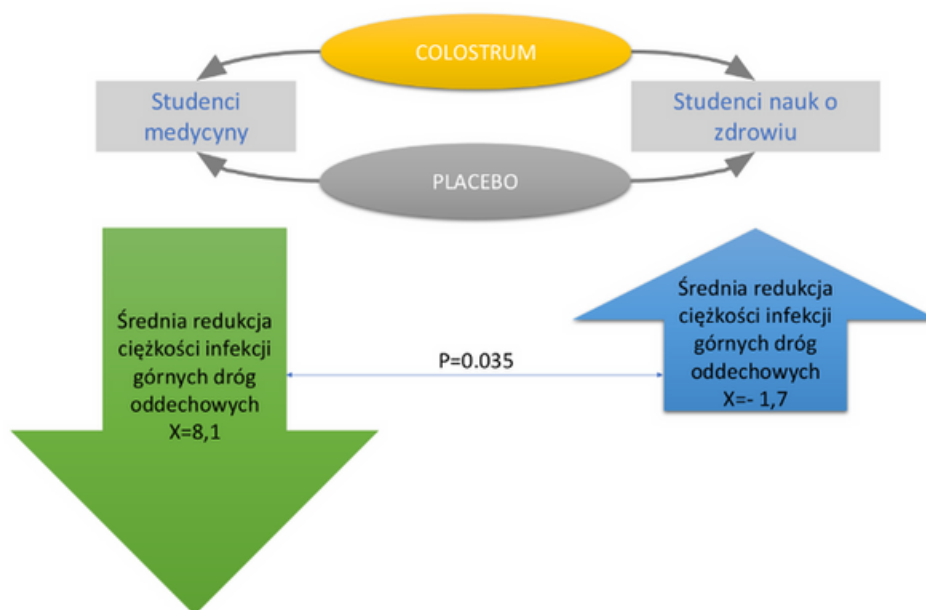
MED vs. Hsci

Dwie główne grupy - MED i Hsci różniły się stopniem obciążenia nauką i narażenia na czynniki zapalne. Naład pracy na kierunku lekarskim wydaje się znacznie większy niż na innych studiach Hsci. Uzyskaliśmy grupę potencjalnie zwiększonego ryzyka URTI (MED) oraz grupę kontrolną o przeciętnym ryzyku (Hsci).

Wyniki:

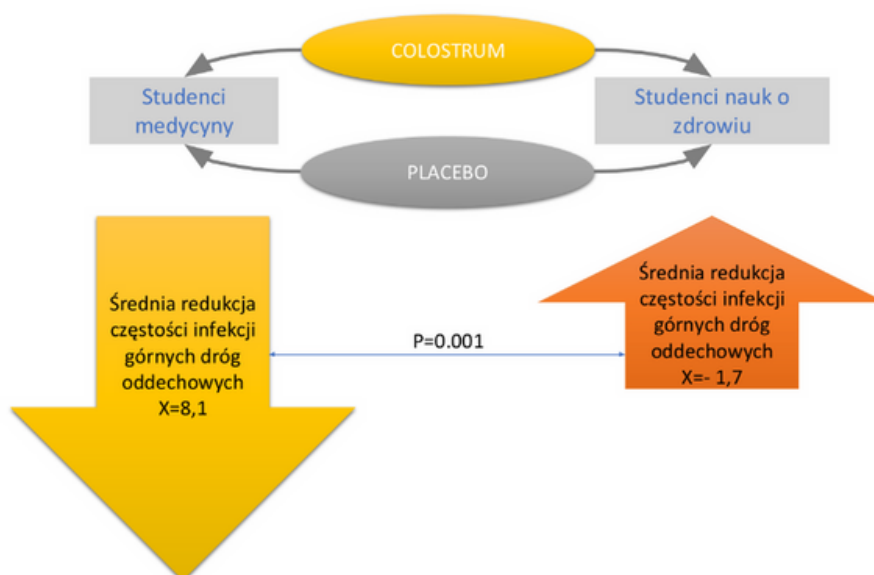
- **Skuteczność colostrum w łagodzeniu częstotliwości URTI**

Analizując wszystkich uczestników łącznie, stwierdziliśmy nieznacznie mniejszą liczbę dni z objawami infekcji górnych dróg oddechowych u osób otrzymujących colostrum w porównaniu z osobami otrzymującymi placebo (COL: 6 (2–15,25) vs. PBO: 9 (2–18,5); $p = 0,21$). Kiedy jednak przeanalizowaliśmy wpływ suplementu vs. placebo w odniesieniu do wydziału (MED vs. HSci), okazało się, że interwencja z colostrum znacznie zmniejszyła liczbę dni z objawami URTI w grupie MED.



- **Skuteczność colostrum w poprawie codziennego samopoczucia**

Porównanie wyników dobrostanu z codziennych raportów nie wykazało różnic między badanymi grupami, gdy wszyscy uczestnicy byli analizowani zbiorczo (COL: 196 (168–210,25) vs. PBO: 192 (171,75–215,25); $p = 0,61$). Jednak, podobnie jak w przypadku ciężkości URTI, wykazano istotne interakcje między zmiennymi niezależnymi podczas analizy całej długości badania, jak również w jego poszczególnych okresach.



Wnioski:

- Suplementacja colostrum istotnie zmniejsza liczbę dni z objawami infekcji górnych dróg oddechowych zaobserwowanych w młodej zdrowej populacji z podwyższonym ryzykiem rozwoju infekcji górnych dróg oddechowych (grupa MED) w porównaniu z populacją ich rówieśników bez podwyższonego ryzyka tego typu infekcji (grupa HSci).
- Zmniejszenie nasilenia objawów infekcji górnych dróg oddechowych obserwuje się również po suplementacji colostrum w grupie MED vs HSci.
- Samopoczucie uległo również znacznej poprawie w grupie MED suplementowanej colostrum w porównaniu z tak suplementowaną grupą HSci.
- Powyższe efekty można uzyskać przy znacznie mniejszych dawkach niż w innych badaniach tego typu.
- U żadnego z uczestników naszego badania nie wystąpiły poważne skutki uboczne, zarówno u osób otrzymujących colostrum, jak i placebo.

Przejdź do badania



nutrients