

7.GRUP PROJE ÇALIŞMASI

SİNEM ÖZKAN ÖZLEM CEYLAN

PROBİYOTİK BAKTERİLER

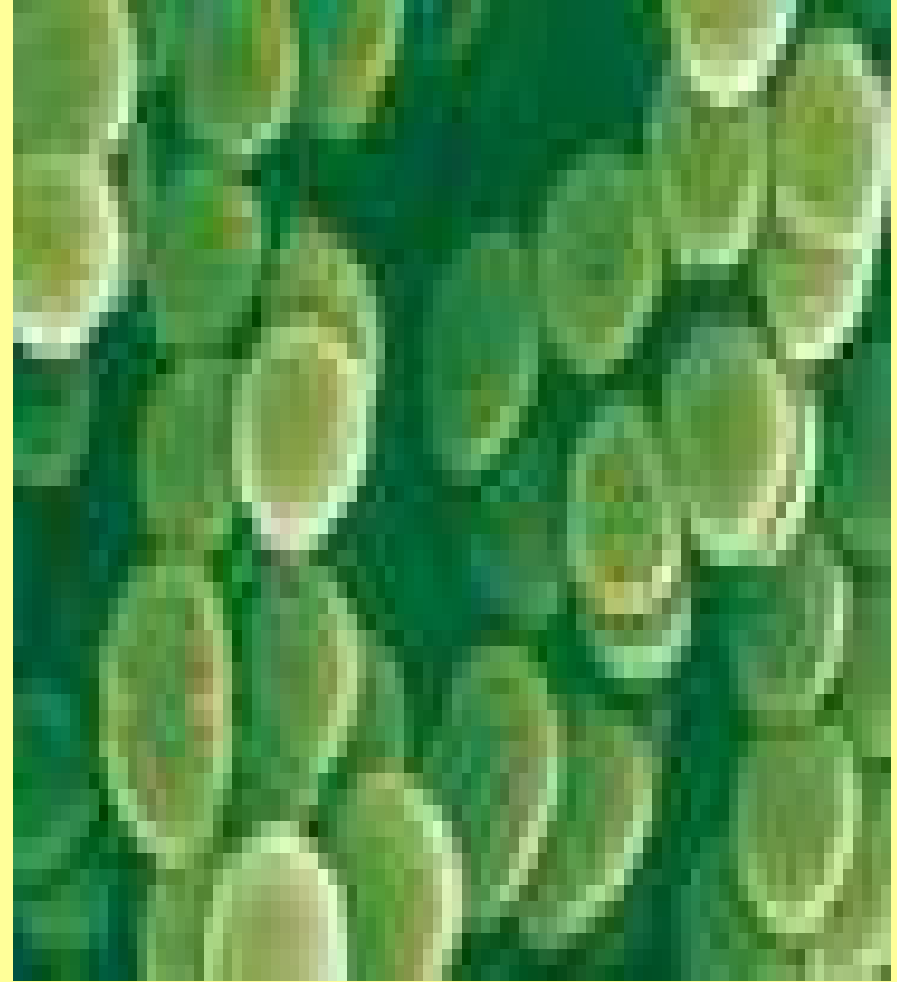
PROF.DR.İNCİ MORGİL

İÇİNDEKİLER

- Probiyotik nedir?
- Probiyotiklerin Özellikleri
- Probiyotiklerin Etkileri
- Probiyotiklerin Kullanıldıkları Yerler
- Kaynaklar

PROBİYOTİK NEDİR?

Probiyotikler;
bağırsak
mikrobiyal
dengesini
düzelterek,
bağırsağı yararlı
bir şekilde
etkileyen canlı
organizmalardır.



**Günümüzde bağırsak
florasının ; çevrede olan ani
değişmelerden , su ve
besinlerin kalitelerinden ,
kafein-alkol kullanımından ,
sinirsel yorgunluktan,
stresten ve patojen
enfeksiyonlarından
etkilendiği bilinmektedir.**

Bilim dnyasya bağırsak florasını korumak

**amacıyla “Probiyotik
Mikroorganizmalar”
kavramını ortaya
ıkarmışlardır.**



PROBİYOTİKLERİN ÖZELLİKLERİ

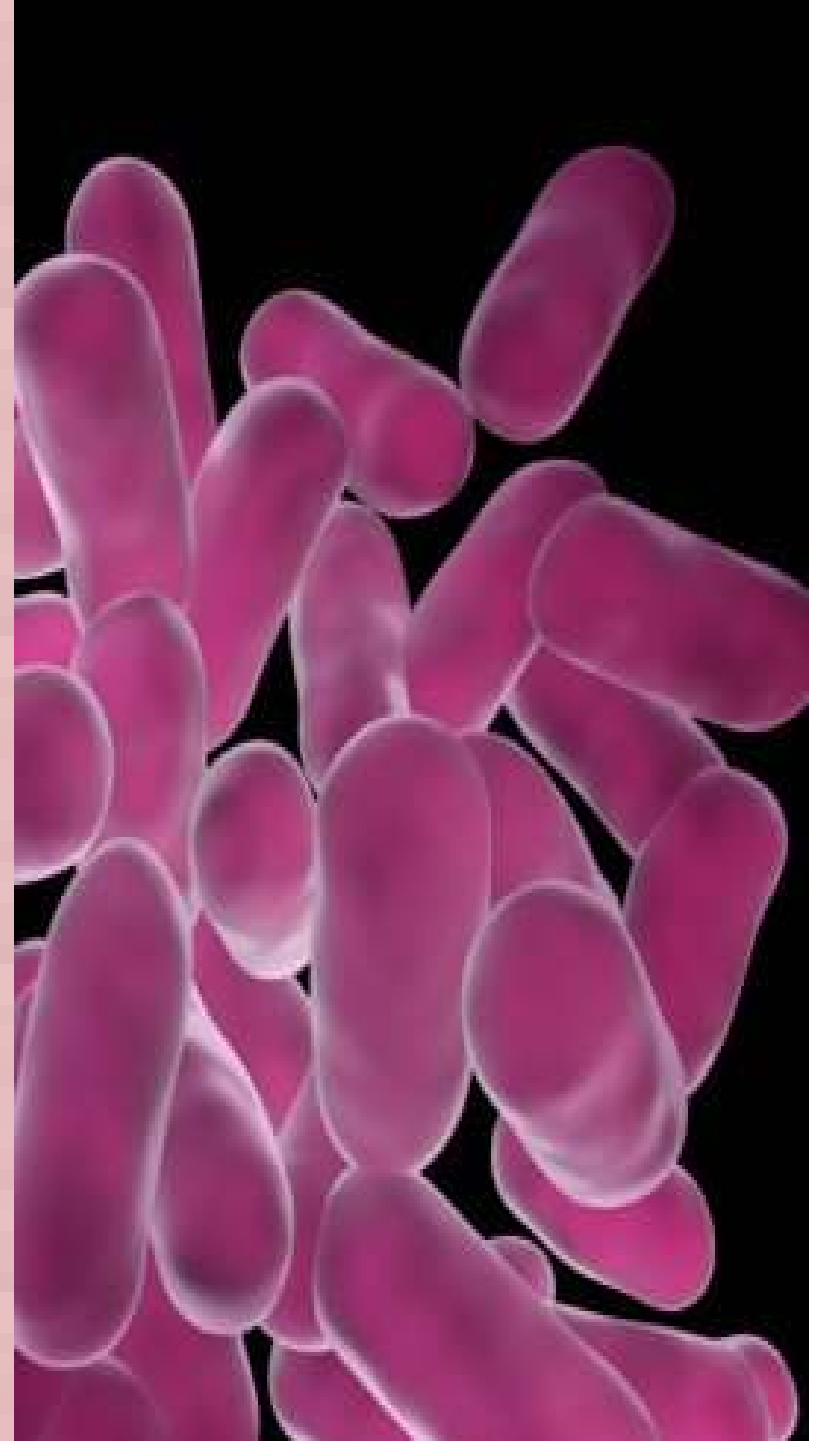
- Canlı olmaları
- Bağırsak çeperine tutunabilmeleri
- Mide asidine karşı dayanıklı olmaları
- Yan etkilerinin olmaması
- Antimikrobiyal maddeler üretebilmeleri
- Antibiyotiklere dirençli olmaları



PROBİYOTİKLERİN ETKİLERİ

- Yiyeceklerle alınan toksik maddelerin vücuttan atılmasına yardımcı olurlar.
- Kabızlık ve ishal sorununun giderilmesine yardımcı olurlar.
- Ağız kokusunun giderilmesinde etkilidirler.
- Bağışıklık sistemini güçlendirirler.
- B grubu vitaminleri ve K vitamini üretimini ve emilimini sağlarlar.
- Serum kolesterol düzeyini düşürürler

- Kalsiyumun bağırsaklar dan emilimini arttırıp, kemik erimesini engellerler.
- Kötü bakterilerin neden olduğu enfeksiyonları azaltırlar.
- Alerji belirtilerini azaltırlar.
- Cildin görünümünün iyileşmesine yardımcı olurlar.
- Sindirime katkıda bulunurlar.
- Migren tedavisine yardımcı olurlar.
- Kalın bağırsak kanseri riskini azaltırlar.



PROBİYOTİKLERİN KULLANILDIKLARI YERLER

Günümüzde probiyotikler aşağıdaki gıda sistemlerinde kullanılmaktadır:

- Fermente süt içecekleri**
- Ayrar**
- Ekşi krema**
- Yoğurt**
- Peynir**
- Bebek maması**



1903 yılında bir
Rus biyolog;
günlük diyetlerinde
düzenli probiyotik
yoğurt yiyen
Bulgarların uzun
ömürlü olduklarına
dayanan
FAGOSİT
teorisiyle Nobel
ödülü aldı.



**Probiyotikler artık
tatlılarda...**

**Almanya'daki
Bonn Gıda
Teknolojileri
Enstitüsü;
probiyotiklerin
çikolatalı müsli,
çikolatalı yoğurt
ve diyabetik
tatlılarda da
kullanımı
konusunu
gündeme getirdi.**

WEB ADRESLERİ:

www.probiotics-amsterdam.org

www.straightfromthedoc.com

www.matol.com

www.niwascience.co.nz

www.drnatura.com/images/Good-bad-bacteria2.jpg

enzymeuniversity.com/.../uploads/inset_image.jpg

www.aphroditewomenshealth.com/news/img/probio

www.fpi-international.com/articles/functional

www.med.umich.edu/.../images/Probiotics01.jpg

www.pi-voda.cz/vzdelavani/clanky/iage002.jpg

www.handicap-network.de/handicap/News/Bilder/

www.menshealth.de

www.vet-magazin.com/wissenschaft/meldungen/Er...

aerzteblatt.Insdata.de/.../2005/03/img114371.jpg

www.br-online.de/.../img/0315/einkaufen.jpg

www.atlantis-pharm.com/Joghurt35.JPG

www.wikipedia.de

ddp/wissenschaft.de – Susanne Donner

www.phytodoc.de/.../pic_probiotika_02.jpg

<http://www.food-info.net/tr/ff/probiotics.htm>

http://www27.brinkster.com/biyogezegen/bulsayac.asp?lupo_id=18

MAKALELER:

- 1)DENİZ BOZDOĞAN GAZİ ÜNİ.BİYOLOJİ ÖĞRETMENLİĞİ
PROBİYOTİKLER
- 2)OĞUZ GÜRSOY,ÖZER KINIK EGE ÜNİ.ZİRAAT FAKÜLTESİ SÜT
TEKNOLOJİSİ BÖLÜMÜ
PEYNİR ÜRETİMİNDE PROBİYOTİK BAKTERİLERİN
KULLANIMI:PROBİYOTİK PEYNİR
LAKTOBASİLLER VE PROBYOTİK PEYNİR ÜRETİMİNDE
KULLANIM POTANSİYELLERİ
- 3)MEHMET İŞLER SDÜ.ÜNİ.TIP FAKÜLTESİ GASTROENTEROLOJİ
BİLİM DALI
İNFLAMATUVAR BARSAK HASTALIĞI VE PROBİYOTİKLER
- 4)SERAP FENDERYA ,A.SİBEL AKALIN EGE ÜNİ.ZİRAAT
FAKÜLTESİ SÜT TEKNOLOJİSİ BÖL.
PROBİYOTİK YOĞURTLARIN BAZI KİMYASAL ÖZELLİKLERİ
ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA
- 5)NERİMAN İNANÇ , HABİBE ŞAHİN,BETÜL ÇİÇEK ERCİYES
ÜNİ.BESLENME VE DİYETETİK
PROBİYOTİK VE PREBİYOTİKLERİN SAĞLIK ÜZERİNE ETKİLERİ
- 6)MERAL GÜLTEKİN AKDENİZ ÜNİ.TIP FAKÜLTESİ TIBBİ
MİKROBİYOLOJİ ANA.BİL.DALI
PROBİYOTİKLER