

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się


Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Probiotyki korzystne dla skóry

 Bakterie mlekowe *Lactococcus lactis* H61 sprzyjają produkcji sebum przez gruczoły łojowe skóry, co pozwala lepiej chronić ją przed szkodliwymi czynnikami - informuje „*Journal of Dairy Science*”.

Badacze z National Agriculture and Food Research Organization (Japonia) przekonują, że codzienne

spożywanie sfermentowanego mleka zawierającego bakterie *Lactococcus lactis* H61 (naturalne probiotyki) może wywierać pozytywny wpływ na kondycję młodej, zdrowej skóry kobiet.

Naukowcy przez 4 tygodnie częstowali 23 kobiety w wieku 19-21 lat sfermentowanym mlekiem, bądź zwykłym jogurtem. Na początku i na końcu badania pobierali od uczestniczek próbki krwi oraz analizowali skórę na policzkach i w okolicach wewnętrznej części przedramienia pod kątem poziomu nawilżenia, stężenia melaniny oraz elastyczności. Na policzkach mierzyli także zawartość sebum (naturalnego oleju wydzielanego przez gruczoły łojowe).

Okazało się, że oba produkty powodowały lepsze nawilżenie skóry u osób badanych. Jednak kobiety, które konsumowały codziennie sfermentowane mleko zawierające probiotyki – korzystne dla zdrowia mikroorganizmy – charakteryzowały się większą zawartością sebum przyczyniającego się do efektywniejszej ochrony skóry.

„Sfermentowane mleko zawierające H61 wywiera dobroczynny wpływ na skórę młodych kobiet, ponieważ zwiększa w skórze zawartość lipidów tworzących naturalną barierę” – komentują badacze.

Już poprzednie badania wykazały, że probiotyki mogą korzystnie oddziaływać na skórę, np. w przypadku osób chorych na łuszczycę. Jednak niniejsza praca jest jedną z nielicznych publikacji, które analizują wpływ probiotyków na kondycję zdrowej skóry.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)  
<http://laboratoria.net/aktualnosci/22401.html>



07-11-2024

## **PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego**

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

## **Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy**

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

## **Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością**

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

## **Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej**

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

## **Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci**

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

## **Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci**

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

## **Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia**

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

## [Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

**Informacje dnia:** [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

**Partnerzy**