

[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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22401.html>



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy