

**Tytuł:** Mikrobiom jelitowy a pre-, pro- i postbiotyki w pytaniach i odpowiedziach / Intestinal microbiome and pre-, pro- and postbiotics in questions and answers

**Słowa kluczowe:** POSTBIOTYKI MIKROBIOM BIFIDOBACTERIUM NIEMOWLĘTA MIKROBIOTA

**Keywords:** POSTBIOTICS MICROBIOTA INFANTS BIFIDOBACTERIUM MICROBIOM

**Autorzy:**

Bożena Cukrowska - Pracownia Immunologii, Zakład Patologii, Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa

**Streszczenie:**

Mikrobiom jelitowy kształtuje się w 1000 pierwszych dni życia dziecka i w tym okresie jest szczególnie wrażliwy na różne czynniki. Karmienie piersią i poród naturalny korzystnie wpływają na mikrobiom jelitowy niemowlęcia oraz rozwój układu odpornościowego, co przekłada się na stan zdrowia dziecka. W mleku matki obecne są 3 grupy składników modulujących skład mikrobiomu jelitowego: prebiotyczne oligosacharydy, probiotyczne żywe bakterie oraz postbiotyki – produkty metabolizmu bakterii. W artykule zdefiniowano podstawowe pojęcia związane z mikrobiotą jelitową, przedstawiono mechanizmy działania immunomodulacyjnego pre-, pro- i postbiotyków oraz znaczenie pochodzenia postbiotyków.

**Abstract:**

Intestinal microbiome is formed in the first 1000 days of a child's life and during this period is particularly sensitive to various factors. Breastfeeding and natural labor favorably affect the formation of infant intestinal microbiome and the development of the immune system, which translates into the health of the child. There are three groups of components in mother's milk which modulate the composition of intestinal microbiome: prebiotic oligosaccharides, probiotic live bacteria and postbiotics – products of bacterial metabolism. The paper presents the basic concepts related to intestinal microbiota, the mechanisms of immunomodulatory activity of pre-, pro- and postbiotics and explains the importance of postbiotic origin.