



Эксперимент удался: тюменцы доказали пользу кисломолочных продуктов

Клиническое исследование воздействия кисломолочных продуктов на организм человека провели компания «Золотые луга», один из крупнейших переработчиков молока в регионе, совместно с Тюменским государственным медицинским университетом.



В исследовании, которое продолжалось 30 дней, участвовали 90 пациентов в возрасте от 22 до 67 лет. Каждый участник предварительно заполнил анкету и прошел ряд обследований, а затем ежедневно употреблял один пакет определенного молочного продукта. Через 30 дней были проведены повторные обследования и анкетирование участников.

Испытуемым предлагались следующие продукты: ацидофилин сладкий, ацидофилин несладкий, обогащенный лактулозой кефир, биопростокваша, «Наринэ» торговой марки «Живи здорово».

Как рассказала врач-гастроэнтеролог Наталья Федосеева, выбор для исследования кисломолочных продуктов, производимых компанией «Золотые луга», был сделан из-за того,

что они имеют короткий срок хранения, доступны во многих торговых точках Тюмени, имеют удобную упаковку, чтобы взять их с собой в дорогу или на работу.

Благотворное влияние всех перечисленных кисломолочных продуктов на организм человека подтвердилось. Так, в частности, на фоне приема ацидофилина сладкого у испытуемых на 75% уменьшились жалобы на изжогу, на 100% – на отрыжку и горечь во рту, на 50% стали менее выраженными жалобы на урчание и вздутие живота. Влияния на регулярность стула отмечено не было.

У участников, ежедневно принимавших по 0,5 литра ацидофилина несладкого, на 66.6% уменьшились жалобы на изжогу, на 100% – на отрыжку, на 25% ушли жалобы на горечь во рту и на 60% стали менее выраженными жалобы на урчание и вздутие живота, у 80% участников эксперимента нормализовался стул.

Участница эксперимента, пенсионерка Вера Вадимовна включила в свой ежедневный рацион ацидофилин. Некоторое время назад она принимала антибиотики, которые, как известно, негативно влияют на полезную микрофлору кишечника. Регулярное употребление кисломолочного продукта помогло исправить ситуацию.

В группе, ежедневно принимающей обогащенный лактулозой кефир, 77% участников отметили снижение чувства усталости к вечеру, 100% – повышение работоспособности. 70% участников, включивших в свой ежедневный рацион биопростоквашу, стали меньше уставать в течение дня, 95,2% – заметили повышение работоспособности. По словам 46-летнего тюменца Алексея, биопростокваша помогла ему изменить пищевые привычки и встать на путь борьбы с лишним весом.

Регулярное употребление кисломолочного продукта «Наринэ» способствовало нормализации стула и устранению горечи во рту у 100% участников группы. На 69.2% стали менее выраженными жалобы на урчание и вздутие живота.

Справка:

АО “Золотые Луга” является одним из крупнейших производителей молочной продукции на территории Урала и Западной Сибири. Компания имеет два завода по переработке молочной продукции: молочный комбинат “Ситниковский” и молочный комбинат “Ишимский”. В МК “Ситниковский” находится основное производство цельномолочной продукции и творога. Компания реализует продукцию трех торговых марок: “Золотые луга”, “Ситниковское”, “Живи здорово!”.