

2012-02-17 10:31 CET

Bakterier i tarmarna skyddar mot allergi

Barn med en stor mängd varierande bakteriearter i tarmarna är bättre skyddade mot allergier senare i livet. Det har forskare vid Linköpings universitet kommit fram till. Resultaten visar att immunförsvaret måste ha stimulans för att utvecklas.

En forskargrupp vid Linköpings universitet har med hjälp av DNA-baserad teknik analyserat avföringsprover från fyrtio spädbarn för att se vilka bakteriesläkten som finns i proverna. För att kunna göra jämförelser testades tjugo barn med böjveckseksem och IgE-antikroppar mot födoämnen samt tjugo barn utan några allergiska symtom alls. Studien gjordes i samarbete med Karolinska institutet och Kungliga Tekniska Högskolan och leddes av barnöverläkare *Thomas Abrahamsson*.

– Vår hypotes var att barn stöter på för få bakterier under uppväxten, vilket hindrar immunförsvaret från att mogna. De resultat vi fått fram stödjer denna så kallade hygienhypotes, vilket för övrigt är ett olyckligt ordval. Det handlar inte om att man ska sluta tvätta sig eller sluta städa, utan om att inte ta bort godartade bakterier.

Första levnadsveckorna viktiga

Studien visar att mångfalden och variationen av bakterier i tarmarna är mycket större i gruppen med barn utan några allergiska symtom. Störst betydelse verkar två grupper av bakterier ha: proteobakterier, som kopplas till skydd mot allergi samt bakteroides, som visat sig motverka inflammation. Bifidobakterier, som bland annat tillsätts i filmjolk och yoghurt, verkar dock inte ha någon skyddande effekt.

– Hur bakteriefloran i tarmen ser ut under de första levnadsveckorna verkar ha störst betydelse för immunförsvarets mognad. Om immunförsvaret inte utsätts för bakterier kan det senare överreagera på ämnen som egentligen är ofarliga, som olika typer av mat. Barn som har den typen av allergi löper sextio procents risk att få astma eller hösnuva i skolåldern. Det är också troligt att fem till sju procent av barnen i den allergiska gruppen kommer få problem med matallergi i tvåårsåldern, berättar Thomas.

Maten spelar stor roll

Barn får i sig en stor mängd godartade bakterier via kontakter med syskon och kompisar. Även kontakter med djur kan föra över bakterier, men i mycket mindre utsträckning. Det har gjorts studier på om husdjur skyddar mot allergier, men ingen av dem har gett tydliga resultat. Klart är dock att den mat vi äter påverkar bakteriefloran i tarmarna.

– Kosten spelar en stor roll, men det är svårt att veta vad vi ska äta för att få en rikare tarmflora. Man kan spekulera i om dagens mat med mycket konserveringsmedel gör att vi får i oss mindre bakterier. Tidigare fanns det mer bakterier i maten samtidigt som färre människor var allergiska. Det skulle därför vara intressant att forska på hur olika beredningar av mat påverkar bakteriefloran i tarmarna, menar Thomas.

Kejsarsnitt ger fler allergiker

För allergiker kommer kanske inte denna forskning att få någon omedelbar betydelse. Det är till exempel inte troligt att den leder till ett läkemedel som påverkar bakteriefloran i tarmen. Nyttan ligger snarare i en större förståelse för hur allergier uppkommer. Thomas menar att forskningen också får betydelse för hur vi lägger upp samhället och vilka rekommendationer som ges i vården.

– Vi vet i dag att barn som föds med kejsarsnitt har fler allergier. Det kan bero på att de inte ärver lika många bakterier från mamman som barn som föds på vanlig väg. Ett annat intressant område är hur vi använder antibiotika, som slår ut tarmfloran. Om barn får för mycket antibiotika som påverkar deras tarmflora så kan de inte föra över lika mycket bakterier till andra barn. Det minskar mångfalden och variationen i tarmarna. Slutsatsen blir att man inte ska använda antibiotika eller göra kejsarsnitt om det inte är alldeles nödvändigt. Däremot ska man givetvis fortsätta att städa skolorna som vanligt.

Inte bra vara överdrivet renlig

I dagens samhälle gör vi allt för att undvika och få bort bakterier. Studien visar dock att det inte är bra att vara överdrivet renlig, i alla fall inte om man är frisk och kry och rör sig hemma. På sjukhus är det självklart att man ska använda handsprit och vara noggrann med hygien. I hemmen sker det dock enligt Thomas en överkonsumtion av desinfektionsmedel.

– De flesta bakterier som finns runt oss är ofarliga. Därför behöver man inte använda sprit eller andra bakteriedödande medel när man städar hemma, eftersom det även tar bort de bakterier som är bra för oss.

Redan nu håller Thomas och hans kollegor på med en uppföljande studie. Där ska man undersöka förekomsten av allergi hos barnen när de blivit sju år gamla.

– Vi vill se om bakterieförekomst i tarmarna är kopplat till allergiska sjukdomar som kommer senare i livet, som astma och hösnuva, avslutar han.

Text: Niclas Samuelsson

Niclas är frilansskribent med många års erfarenhet av att skriva om frågor som rör medicin och hälsa och en av skribenterna i Astma- och Allergiförbundets webbtidning www.matnyttig.se

Astma- och Allergiförbundet vill öka kunskapen hos andra om hur det är att ha ett osynligt handikapp som astma, allergi och annan överkänslighet. Vi vill därigenom bidra till att attityderna förändras hos omgivningen. Planerare, beslutsfattare och producenter måste ta ett större ansvar för den ökande utvecklingen av allergier. Vi har föreningar runt om i hela landet.

Kontaktpersoner



Elin Sundin

Presskontakt

Pressekreterare

elin.sundin@astmaoallergiforbundet.se

0704741180



Helena Färnsten

Presskontakt

Kommunikations- och marknadschef

Opinionsbildning

helena.farnsten@astmaoallergiforbundet.se

070-345 56 51