



Odborná infolinka lékařů



KOLOSTRUM - ZÁZRAK Z PŘÍRODY

MUDr. Pavel Hanzelka

Vážený LR-partneři,

rád se s Vámi opět setkávám na stránkách LR Magazínu. Dnešní téma je věnováno kolostru a jeho účinkům na lidské zdraví. Námět na tento článek vychází z řady Vašich emailových a telefonických dotazů. Jejich velká část se týká správného dávkování našeho Colostra a užívání tohoto vynikajícího potravinového doplňku v závislosti na různých zdravotních neduzích.

Kromě toho se často ptáte také na kvalitu tohoto produktu. Doufám tedy, že Vám tento článek na Vaše otázky odpoví podrobně a co možná nejpresněji.

Kolostrum je první tekutina produkovaná mléčnými žlázami savců. Jedná se o unikátní koktejl účinných látek, jemuž se říká „mlezivo“. Není to však totéž jako mateřské mléko. Liší se od něj v mnohém, a to zásadně. Kolostrum totiž **obsahuje vysokou koncentraci ochranných protilátek**, které umožňují čerstvě narozenému mláděti překonat první dny po porodu. Právě v tomto období je mládě vystaveno náporu řady mikroorganismů z vnějšího prostředí. Protilátky jej tedy chrání před celou škálou infekcí, včetně těch nejvážnějších.

Pro některé savce je kolostrum životně nezbytné a bez jeho konzumace by mládě nepřežilo. Týká se to především čerstvě narozených telátek. Kravská placenta totiž neumožňuje přechod mateřských ochranných protilátek do těla plodu, je pro ně zcela nepropustná. Vlastní protilátky v dostatečné hladině je telátko schopno produkovat až 2–3 týdny po porodu, což je velmi dlouhá doba.

Proto je po narození kolostrum přijímané od matky pro mládě jediným zdrojem těchto obranných látek. Kdyby kolostrum nedostalo, hrozí mu zánět pupečníku, těžké průjemy a následná smrtící sepe.

Z těchto skutečností je zřejmé, že jsou v kravském (bovinním) kolostru ochranné látky zastoupeny ve skutečně vysoké koncentraci. Jsou totiž jedinou a doslova život zachraňující obranou teletě.

Kravské kolostrum obsahuje 30–40x vyšší koncentraci obranných látek než kolostrum lidské. To má pro lidské novorozence pouze podpůrný význam. Proč? Ihned po porodu je totiž dítě chráněno protilátkami, které do něj vstoupily přes placentu ještě v období nitroděložního vývoje. Přesto, i v tomto případě je kolostrum důležité pro zvýšení odolnosti novorozence před infekcemi.

Právě pro vysokou koncentraci obranných protilátek a vysoký stupeň shody s lidským kolostrum je kravské kolostrum využíváno coby unikátní potravinový doplněk vhodný ke zvýšení odolnosti organismu (jeho účinek tedy není druhově specifický!!!)



Jaké účinné látky v kolostru najdete?

1) **Protilátky** – Jedná se o sloučeniny, které dokáží likvidovat jednotlivé druhy mikroorganismů. Cíleně je rozpoznají, naváží se na ně a imunitní systém je rychle a cíleně zlikviduje. Tvoří se v těle aktivně po styku s infekcí (to však trvá až několik týdnů). Následně, po opakovaném napadení organismu mikroben, zajistí jeho rychlou likvidaci. Protilátky je ale také možné přijímat pasivně, tedy dodat do těla zvenčí. To je právě případ kolostra, v němž byla nalezena řada protilátek proti choroboplodným zárodkům (rotaviry – původci dětských průjemovitých onemocnění, Salmonella a Shigella – původce průjemovitých onemocnění, Cryptosporidium – původce průjmu u HIV pozitivních, stafylokoky a streptokoky – původci hnisavých a respiračních onemocnění atp.) Kolostrum obsahuje jen takové protilátky, s nimiž se kráva v průběhu chovu setká (tento proces se označuje jako **přirozená imunizace krav**). Protilátky jsou bílkovinné povahy a jsou termolabilní. Dělí se do tzv. tříd. Patří zde imunoglobuliny třídy IgG, IgM, IgA, IgE a IgD. Koncentrace protilátek s plynoucím časem rychle klesá (za 12 hodin se sníží na polovinu), proto je dobré tuto vzácnou tekutinu zpracovávat co nejrychleji po porodu – nejlépe v prvních 24 hodinách.