

Světový den mikrobiomu 27.6.2020 si připomíná nejen Česká mikrobiomová společnost ČLS JEP.

Mikroorganismy (bakterie, houby, viry, archaea atd.) lze nalézt všude na rostlinách, zvířatech, ve vodě, v půdě, potravě a také lidech. Tam všude žijí společně v komunitách zvaných mikrobiomy. **Mikrobiom** má zásadní vliv na lidské zdraví; vědci proto zkoumají soužití těchto společenství s námi a s naším prostředím.

Že střevní bakterie ovlivňují správné **zažívání, chuť k jídlu a vyprazdňování** nikoho nepřekvapí. Ale víte, že mikrobiom může ovlivňovat vaše **myšlení, chování, duševní zdraví** a dokonce vaše **sny**? Je zřejmé, že mikrobiom reguluje naši **obranyschopnost**, ale slyšeli jste, že může pomáhat při **léčbě nádorů**? Kožní mikrobiom je známý jako ochranná **kožní bariéra**, ale možná nevíte, že ovlivňuje **tvorbu vitamínu D v kůži** při pobytu na slunci a také **texturu a vzhled vašich vlasů**? Působí na **funkci jater**, je schopen **neutralizovat toxiny**, **ovlivňuje citlivost k insulinu a ukládání tuků**. Hraje roli v tom, jakou máte **svalovou sílu i odolnost kostí** a má v lidském těle ještě mnoho dalších funkcí.

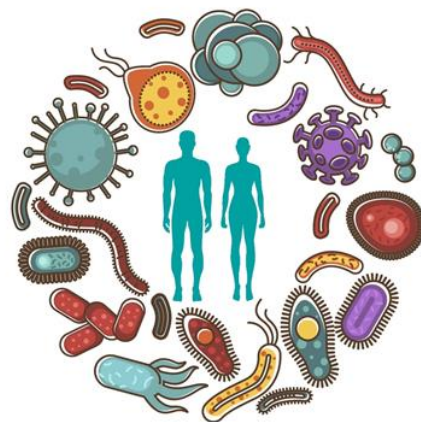
24.6.2020 se na půdě Akademie věd České republiky uskutečnila tisková konference při příležitosti Světového dne mikrobiomu. Zazněly na ní velmi zajímavé skutečnosti o důležitosti mikrobiomu pro každou oblast našeho zdraví **z úst renomovaných odborníků napříč všemi lékařskými obory**.

Zaznělo například, že právě proto, že si málo uvědomujeme existenci mikroorganismů s pozitivním dopadem na naše zdraví, používáme často velmi zbytečně **antibiotika, pesticidy a čisticí prostředky**, kterými je ničíme, a tak poškozujeme sami sebe a rovnováhu mikrobiálního společenstva v nás.

Téma letošního Světového dne mikrobiomu roku 2020 je „**Diverzita- rozmanitost**“.

Rozmanitý svět mikrobiomu si zaslouží pozornost díky svému zásadnímu dopadu na zdraví lidí, zvířat a životní prostředí.

Připojte se k nám při oslavách Světového dne mikrobiomu 2020.



<http://darwinian-medicine.com/the-human-microbiome/>