

Faktadokument

Nutritionsbehandling med den probiotiska bakteriestammen *Lactobacillus plantarum* 299v för underlättande av buksmärtor vid IBS

Bakgrund

I Sverige lider cirka 12,5 % av befolkningen av den funktionella tarmsjukdomen irritable bowel syndrome (IBS) som kännetecknas av buksmärtor eller bukobehag i kombination med antingen diarré, förstoppning eller en kombination av dessa samt nedsatt livskvalitet. Med hjälp av supplementering med probiotika kan symtomen mildras och den individuella livskvaliteten öka.

Vetenskapligt underlag

Fyra originalartiklar ligger till grund för detta material. Dessa var fyra dubbelblinda randomiserade kontrollerade studier som alla studerade graden av buksmärtor hos vuxna patienter med IBS och där en intervention med *Lactobacillus plantarum* 299v varade under åtminstone fyra veckor. Totalt medverkade 395 deltagare i de fyra studierna. Ungefär hälften av studiedeltagarna fick en intervention med *Lactobacillus plantarum* 299v och ungefär hälften fick placebo.

Alla studier gav ett resultat som visade att buksmärtan hade minskat för alla grupper vid studiernas slut. Två av de fyra studierna kunde inte påvisa någon statistiskt signifikant skillnad mellan interventionsgrupp och kontrollgrupp gällande underlättande av buksmärtor vid studiernas slut. De andra två studierna kunde påvisa ett statistiskt starkare resultat för interventionsgrupp än för kontrollgrupp vid studiernas slut, det vill säga i de två studierna uppnåddes en större förbättring av buksmärtan i gruppen som fått probiotika än för dem som fått placebo.

Inga biverkningar av *Lactobacillus plantarum* 299v rapporterades i någon av studierna.

Evidensstyrka

Det vetenskapliga underlaget för att rekommendera supplementering med *Lactobacillus plantarum* 299v för underlättande av buksmärtor vid IBS är lågt (++). Troligtvis kan probiotikan ha effekt hos vissa personer med IBS men individuella skillnader föreligger och det är outrett för vem den skulle ha verkan.

Kostrekommendation

Eftersom det aldrig har påvisats några biverkningar vid supplementering med probiotikan finns ingen anledning att avråda patientgruppen användande likväl inte heller ett uppmuntrande av användande av probiotiska substanser innehållande *Lactobacillus plantarum* 299v med anledning att underlätta buksmärtor.

Linnéa Andersson och Julia Wanselius
Examensarbete i klinisk nutrition, 160330

Referenser

- Ducrotté, P., P. Sawant, and V. Jayanthi. "Clinical Trial: *Lactobacillus Plantarum* 299v (Dsm 9843) Improves Symptoms of Irritable Bowel Syndrome." *World Journal of Gastroenterology* 18, no. 30 (2012): 4012-18.
- Niedzielin, K., H. Kordecki, and B. Birkenfeld. "A Controlled, Double-Blind, Randomized Study on the Efficacy of *Lactobacillus Plantarum* 299v in Patients with Irritable Bowel Syndrome." *European Journal of Gastroenterology and Hepatology* 13, no. 10 (2001): 1143-47.
- Nobaek, S., M. L. Johansson, G. Molin, S. Ahrne, and B. Jeppsson. "Alteration of Intestinal Microflora Is Associated with Reduction in Abdominal Bloating and Pain in Patients with Irritable Bowel Syndrome." [In eng]. *Am J Gastroenterol* 95, no. 5 (May 2000): 1231-8.
- Stevenson, C., R. Blaauw, E. Fredericks, J. Visser, and S. Roux. "Randomized Clinical Trial: Effect of *Lactobacillus Plantarum* 299 V on Symptoms of Irritable Bowel Syndrome." *Nutrition* 30, no. 10 (2014): 1151-57.
- Wanselius, J.; Andersson, L. "Den Probiotiska Bakteriestammen *Lactobacillus Plantarum* 299v Och Dess Effekt På Buksmärtor Vid Ibs - En Systematisk Översiktsartikel." (2016).