Faktadokument

Nutritionsbehandling av IBS med Lactobacillus plantarum 299v

Bakgrund
IBS är en funktionell tarmsjukdom som karakteriseras av smärta i buktrakten, förändringar i avföringsfrekvens eller obehag till följd av uppblåsthet. Lactobacillus plantarum 299v är en av många studerade probiotikastammar, och probiotika i stort har visats kunna ge symtomlindring vid IBS.

Vetenskapliga underlaget
Fyra RCT har granskats, med totalt 395 studiedeltagare. Studielängden har varierat mellan fyra och tolv veckor. Artiklarna har undersökt om supplementering med Lactobacillus plantarum 299v kan ge symtomlindring hos patienter med IBS. Resultaten i studierna är heterogena och inte heller i de studier där man uppnått en signifikant minskning i interventionsgruppen är alla patienter helt symtomfria. Inga negativa biverkningar förekom dock.

Evidensstyrka
Signifikant förbättring gällande buksmärta sågs i två av fyra studier. Evidensstyrkan graderades som måttlig (+++). Angående avföringsfrekvens sågs en signifikant förbättring i en av tre studier och evidensstyrkan bedömdes till låg (++). Gällande uppblåsthet visade tre av fyra studier en signifikant förbättring och evidensstyrkan graderades som måttlig (+++).

Behandlingsmål
Målsättningen med behandling av IBS är lindring och hantering av patientens symtombild.

Kostrekommendation
Effekten av probiotika kan variera patienter emellan. Då inga bieffekter är funna, kan patienter rekommenderas att prova Lactobacillus plantarum 299v i minst fyra veckor för att sedan utvärdera resultatet.

Praktiska råd
Följ dosering och anvisning av probiotikatillskottet enligt producentens rekommendation. Lactobacillus plantarum 299v finns i form av både dryck och kapslar.

Referenser

1. Nobaek S, Johansson ML, Molin G, Ahrne S, Jeppsson B. Alteration of intestinal microflora is associated with reduction in abdominal bloating and pain in patients with irritable bowel syndrome. The American journal of gastroenterology. 2000;95(5):1231-8.
2. Niedzielin K, Kordecki H, Birkenfeld B. A controlled, double-blind, randomized study on the efficacy of Lactobacillus plantarum 299V in patients with irritable bowel syndrome. European journal of gastroenterology & hepatology. 2001;13(10):1143-7.
3. Ducrotte P, Sawant P, Jayanthi V. Clinical trial: Lactobacillus plantarum 299v (DSM 9843) improves symptoms of irritable bowel syndrome. World journal of gastroenterology. 2012;18(30):4012-8.
4. Stevenson C, Blaauw R, Fredericks E, Visser J, Roux S. Randomized clinical trial: effect of Lactobacillus plantarum 299 v on symptoms of irritable bowel syndrome. Nutrition (Burbank, Los Angeles County, Calif). 2014;30(10):1151-7.
5. Ingesson M, Wellander A. Effekt av Lactobacillus plantarum 299v på symtomlindring hos patienter med IBS – En systematisk översiktsartikel. 2016.

Sahlgrenska akademin vid
Göteborgs universitet
Avdelningen för invärtesmedicin och klinisk nutrit
Dietistprogrammet/Examensarbete

Madeléne Ingesson & Amanda Wellander

Självständigt arbete i klinisk nutrition
2016-05-25