



Милијарде добрих бактерија живе на нашој кожи и оне су, баш као и оне у стомаку, неопходне за здравље. Чување тог компликованог екосистема за нас је важно колико и за планету чување кишних шума. Ваља знати да је та *џунгла* на нашој кожи један рањив екосистем, да јој не пријају честе промене, а још мање – сапуни. Јер, налет пене и сапуна је мали цунами за насеобине добрих бактерија. Доктор Витни Бов, професорка дерматологије у *Mount Sinai* медицинском центру у Њујорку, објавила је на ову тему књигу са насловом *Лепота прљаве коже*. Како сачувати микробиом коже, а да она остане чиста? Ето козметичке дилеме која ће нас доста окупирати у временима пред нама. Стога, можда пробиотска козметика може да помогне, као што пробиотске капсуле помажу стомаку?

Пробиотици – жива бића у вашој креми?

Важно питање за науку јесте: како одабрати бактерије које ћете пити у капсули или мазати на кожу? Наш организам насељава огроман број сојева бактерија, вируса и гљивица. Све оне се једним именом називају микробиомом и разликују се се код сваког од нас, попут отиска прста. Чак и близанци имају само трећину истог микробиома. У том духу слободно можемо да користимо сентенцу – *Покажи ми свој микробиом, и рећи ћу ти ко си*. Јер, нечији микробиом је тропска џунгла кроз коју се тромо шуњају анаконде, јурцају мајмуни и креште папиге, код другог је савана са лавовима и жирафама. Пролети, и кроз једну и другу, понеко слично јато птица. Па сада, да ли у вашој пробиотској капсули или креми треба да доминирају анаконде или жирафе? Ми се можемо шалити, али овим се питањима медицинска

наука бави веома озбиљно и дуго, па избор комплекснијих и боље дефинисаних пробиотика јесте већи, а добри резултати се добијају и пресађивањем комплетног микробиома из здравог у болестан организма – фекалним трансплантом. Последње вести говоре и да су пробиотске капсуле са фекалним микробиомом у завршној фази истраживања. А размишља се и о фекалним банкама у којима ћете моћи да оставите свој узорак – док сте још здрави, за случај да вам такав лек затреба.

НАШ ОРГАНИЗАМ
НАСЕЉАВА ОГРОМАН БРОЈ
СОЈЕВА БАКТЕРИЈА, ВИРУСА
И ГЉИВИЦА. СВЕ ОНЕ СЕ
ЈЕДНИМ ИМЕНОМ
НАЗИВАЈУ
МИКРОБИОМОМ И
РАЗЛИКУЈУ СЕ СЕ КОД
СВАКОГ ОД НАС, ПОПУТ
ОТИСКА ПРСТА

А шта се све по том питању дешава на кожи? Ваши властити микробиоми на кожи и у цревним разликују се као Сахара и Амазонија. Срећом по кожу, разлике њеног микробиома су, од особе до особе, мање: на свачијој кожи има и лавова и папагаја. Па и оних птица селица. Зна се за улогу неких микороорганизама у разним обољењима коже, попут претераног размножавања гљивица код псоријазе, или неких стафилокока код екцема. Само, да ли је прво поремећен микробиом па се јавило обољење, или се прво јавило обољење па је дисбалансиран микробиом – ово је питање кока-јаје за медицину. А и даље је огроман део микробиома коже неистражен.

Један од првих брендова који је увео живе бактерије у козметику је *Mother Dirt*. Основала га је 2015. године Јасмина Агановић, са образовањем стеченим на престижном универзитету *MIT* у Америци. Звезда бренда је жива *Ammonia-Oxidizing* бактерија, (АОВ), једна од оних које смо модерном хигијеном готово елиминисали са коже. Био је велики изазов креирати козметику која садржи живе бактерије: она не сме да има конзервансе који убијају бактерије! А када се умијете – скинули сте поново те добре бактерије. Па онда,