

Bakterierne i dit liv



Det humane mikrobiom

Dig og bakterierne

I din mors skede findes milliarder af bakterier. Da du blev født, var mange af disse bakterier dit første møde med de bakterier, som for resten af dit liv vil udgøre dit helt eget unikke mikrobiom.

Mikrobi-what?

Mikrobiom, eller mikrobiota, er en betegnelse for alle de bakterier som findes på, og i din krop, og som interagerer med din krop på en positiv måde. De er altså ikke bakterier som gør dig syg, men bakterier som derimod kan hjælpe dig til at gøre din tilværelse MEGET nemmere.



Mikrobiomet - hvor er det, og på hvem?

Dit mikrobiom findes overalt på din overflade. På din næse, dine kinder, i dine øregange, i din hårbund, overalt på din hud, og inde i dig - altså overalt på dig.

Alle levende dyr har særlige bakteriestammer, som har udviklet sig sammen med dem over tusinder eller millioner af år. En elefant, en kat og en kolibri har altså også sit eget særlige mikrobiom.

Hvor kommer mikrobiomet fra?

En baby, i sin mors mave, er steril, altså bakteriefri. Idet barnet kommer ud gennem fødekanalen, møder det de første bakterier. Disse bakterier dækker barnets krop og kommer ned i tarmen via mund og næse. Mange undersøgelser tyder på at denne første kontakt med mors bakterier kan have en kæmpestor betydning for, hvorvidt barnet udvikler sygdomme som astma og allergi senere i livet. Børn som tages ved kejsersnit får ikke de samme bakterier som vaginalt fødte børn, og de er mere tilbøjelige til at få disse sygdomme. Derfor er man begyndt at smøre de børn, som tages ud med kejsersnit, ind i bakterierne fra moderens skede, lige efter de er kommet ud, så de også får de rigtige bakterier og kan påbegynde et sundt mikrobiom. Det kan man gøre ved at lade en stofble ligge i moderens skede en times tid inden babyen kommer ud, og så tørre babyen over med den lige efter den er kommet ud.

Bakterierne i dit liv



Tarmbakterierne er det nye fingeraftryk

De første bakterier baby får fra sin mor er nyttige for at barnet kan starte udviklingen af sit helt eget mikrobiom. Udover de bakterier som barnet bliver udsat for i fødselskanalen, får det også sine første bakterier gennem hud mod hud kontakt med moderen, fra de omgivelser som det befinder sig i, og den mad som det vil blive introduceret til. Afhængigt af hvilket land man bor i, hvilket miljø man bor i, og hvad ens primære mad består af, så er ens mikrobiom domineret af forskellige bakterier. Dit mikrobiom er unikt, det er altså kun dig som har lige præcis dit mikrobiom, men det minder nok meget om det mikrobiom som dem du bor sammen med har. Derfor tænker forskere at man måske kan bruge mikrobiomet til at identificere os, da vi alle har en unik sammensætning af bakterier i og på os.