

Helicobacter Pylori e Alimentazione

Helicobacter Pylori? L'alimentazione rappresenta il primo fondamentale intervento

Helicobacter Pylori è un batterio che vive nel nostro stomaco, nei pressi della mucosa gastrica che lo riveste. La "convivenza" inizia a compromettersi quando il terreno su cui questo batterio vive è infiammato e, in queste condizioni il batterio prolifera in maniera eccessiva e dannosa, manifestando la sua presenza con sintomi diversi.

Helicobacter Pylori? L'alimentazione rappresenta il primo fondamentale intervento

Helicobacter Pylori è un batterio che vive nel nostro stomaco, nei pressi della mucosa gastrica che lo riveste. La "convivenza" inizia a compromettersi quando il terreno su cui questo batterio vive è infiammato e, in queste condizioni il batterio prolifera in maniera eccessiva e dannosa, manifestando la sua presenza con sintomi diversi.

Ripeto che l' **helicobacter pylori** è un batterio che vive nel nostro stomaco e colonizza quest'organo già nelle prime fasi di vita.

In condizioni di equilibrio del **microbiota intestinale**, gastrico e del sistema immunitario **helicobacter pylori** non ci crea nessun problema.

Quando **helicobacter pylori** comincia a proliferare in maniera eccessiva **iniziano i problemi** che sono segnalati da alcuni sintomi particolari, quali:

- **Esofagiti da reflusso,**
- **Gonfiore di stomaco,**
- **Gastriti,**
- **Problematiche varie di stomaco**
- **Addirittura tumore gastrico.**

In condizioni di eccesso di proliferazione, **helicobacter pylori** comincia a produrre delle tossine che vanno a inibire la produzione di muco. Il muco è una sostanza importantissima per lo stomaco perché protegge la mucosa e l'organo dai succhi gastrici.

Quindi si può andare incontro a delle erosioni della mucosa, a **problemi di gastrite e a un eccesso di acidità**. Inoltre l'eccessiva produzione di **helicobacter pylori** non permette più allo stomaco di prelevare la **vitamina C** da sangue e incamerarla nel lume dell'organo.



Perchè *helicobacter pylori* inizia a proliferare in maniera esagerata?

La risposta è nel nostro **stile di vita**, nella gestione dello stress e nell'**alimentazione**. Quindi vi consiglio di consultare il vostro medico e rivolgervi ad un **nutrizionista** per migliorare la vostra alimentazione.

Tutti questi disturbi dovuti alla proliferazione dell' **helicobacter pylori**, possono assolutamente migliorare con un cambiamento dell'alimentazione e una buona **gestione dello stress**.

Sono a disposizione per una consulenza personalizzata anche online, per qualunque info contattatemi pure.