

Ausgeglichene Darmflora dank Probiotika

Probiotika sollen das Wachstum gesundheitsfördernder Bakterien im Darm anregen, potentiell pathogene Keime verdrängen, das Immunsystem stimulieren und die Gesundheit insgesamt fördern. Sie werden heute bereits bei verschiedenen gastrointestinalen Erkrankungen wie bei infektiösen oder Antibiotika-assoziierten Diarrhöen erfolgreich eingesetzt.

Als Probiotika bezeichnet man Mikroorganismen, die in ausreichender Menge in aktiver Form in den Darm gelangen und positive gesundheitliche Wirkungen erzielen. Oftmals werden Milchsäureproduzierende Bakterien wie Laktobazille und Bifidobakterien verwendet; aber auch nicht bakterielle Organismen wie die Hefe *Saccharomyces boulardii* oder nicht pathogene *E. coli* stehen zur Verfügung.

In der Gastroenterologie haben Probiotika heute ihren festen Platz, z. B. in der Therapie der infektiösen Gastroenteritis, der Antibiotika-assoziierten Diarrhöen sowie der chronisch entzündlichen und der funktionellen Darmerkrankungen. Mittlerweile liegen auch klinische Studien zum Einsatz von Probiotika bei diesen Indikationen vor. So konnte beispielsweise durch *Lactobacillus GG* bei Kindern die Dauer einer akuten Diarrhö signifikant reduziert werden. Eine Metaanalyse aus neun randomisierten, plazebokontrollierten Doppelblindstudien zum Einsatz von Probiotika in der Therapie der Antibiotika-assozii-

ierten Diarrhö führte zu dem Ergebnis, dass in sechs Studien eine signifikante Verbesserung in der Probiotika-Gruppe konstatiert wurde.

Eine äquivalente Wirksamkeit von *E. coli* Nissle und Mesasalazin in der Rezidivprophylaxe bei Patienten mit Colitis ulcerosa wurden ebenfalls in einer klinischen Studie nachgewiesen. Bei Patienten mit Reizdarm-Syndrom wurde durch Probiotika Meteorismus signifikant reduziert. (GS)

Probiotikum: z. B. VSL#3®(D)

Schlieger F: „Darmflora und gastrointestinale Erkrankungen – die Bedeutung der Probiotika“, Fortbildungskolleg der Praxis-Depesche, Bühl/Baden-Baden, 25.3.2006

