

DarmGesundheit – das DarmMikrobiom

Das intestinale Mikrobiom*, die Gesamtheit aller den Darm besiedelnden Mikroorganismen, ist für den Gesundheitszustand des Menschen von weitreichender Bedeutung.

Ein Ungleichgewicht der Darmflora ist – wie zahlreiche Studien belegen – mit verschiedenen Erkrankungen verknüpft:

- entzündliche Darmerkrankung wie M.Crohn oder Colitis ulcerosa
- Diabetes mellitus Typ 2
- kardiovaskuläre Erkrankungen
- Darmkrebs
- Adipositas/Übergewicht
- Rheuma
- Reizdarmsyndrom
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Eine besondere Bedeutung kommt den Bakterien im Dickdarm zu. Je mehr unterschiedliche Bakterienarten den Dickdarm besiedeln, desto stabiler ist das bakterielle Ökosystem. Die Darmbakterien unterstützen die Verdauung, schützen vor Infektionen, regulieren Stoffwechselforgänge und sind für die Entwicklung des Immunsystems verantwortlich.

Sind diese Funktionen gestört, treten Beschwerden wie Blähungen, Durchfälle, Verstopfung, Reizdarmsyndrom, erhöhte Infektanfälligkeit etc. auf.

Antibiotika, Abführmittel und Schmerzmittel schädigen die Darmbakterien. Auch Infektionen, Fehlernährung, Umweltgifte, Röntgenstrahlen und Stress stören das mikrobielle Gleichgewicht.

Anhand einer Stuhlprobe, die bequem zu Hause gewonnen werden kann, können alle den Darm besiedelnden bekannten Bakterien erfasst und Ernährungsgewohnheiten sowie Erkrankungsrisiken ermittelt werden. Auf dieser Grundlage kann eine gezielte Therapie und ggfs. eine Ernährungsumstellung eingeleitet werden.

Nach telefonischer Rücksprache und Vereinbarung des Auswertungstermins, kann das Stuhltestset bei uns abgeholt oder beim Labor angefordert werden.

Die Laborkosten betragen zwischen 60 und 120 Euro, die Beratung und Therapieempfehlung ca. 100 – 120 Euro.

* Darmflora