

DARM-DYSBIOSEN

sicher erkennen
umfassend bewerten
wirksam behandeln

Liebe Leserinnen und Leser,

wir haben Sie im Jahr 2013 in unserem Faltblatt Nr. 7 bereits sehr ausführlich über das Thema ‚Darmgesundheit‘ informiert.

Warum nehmen wir uns dieses zentrale Verdauungsorgan jetzt schon wieder vor?

Ganz einfach: Weil sich in der Diagnostik der Darmstörungen in den letzten Jahren eine sensationelle Entwicklung vollzogen hat.

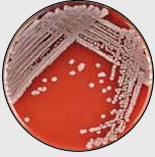
WAS HAT SICH GETAN?

Während man in früheren Jahren zur Identifikation und Quantifizierung der in unserem Darm lebenden stoffwechselaktiven Mikroorganismen eine mühsame Anzucht auf Nährböden betreiben musste und dabei doch nur sehr wenige Keime erfassen konnte, erlaubt die jetzt etablierte molekulare Genetik die gleichzeitige Identifizierung einer großen Zahl von Darmbakterien.

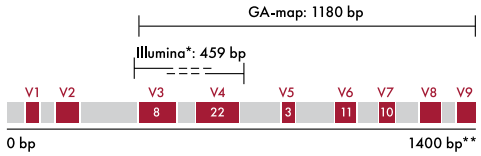
Damit wird es bei jedem individuellen Patienten rasch und zu überschaubaren Kosten möglich zwischen einer normalen, gesunden Keimbesiedelung des Darmes und einer gestörten, oftmals mit schwerwiegenden Krankheitsrisiken verbundenen Keimbesiedelung zu unterscheiden. Diese gestörten Keimbesiedelungen des Darmes werden Dysbiosen genannt.

Von der Bakterienkultur zur DNA Bestimmung

E.coli-Kultur



Bakterien 16S rRNA Gen

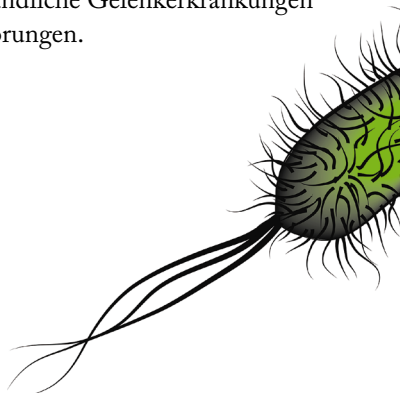


DNA Nachweis von Bakterien:

1. Stark erhöhte Anzahl nachweisbarer Bakterien-Spezies
2. Erheblich verkürzte Zeit bis zur Erkennung
3. Einfaches Probenhandling – lebende Bakterien werden nicht benötigt

An den früheren Feststellungen zur großen Bedeutung einer normalen Darmfunktion für unsere Gesundheit hat sich nichts geändert. Im Gegenteil, die jetzt verfügbare molekulargenetische Diagnostik hat in vielen experimentellen und klinischen Studien die überragende Bedeutung der Darmfunktionen für zahlreiche Krankheitsbilder weiter unterstrichen.

Dies betrifft nicht nur entzündliche Darmerkrankungen oder das Reizdarm-Syndrom sondern auch Diabetes, Allergien, Asthma, entzündliche Gelenkerkrankungen und sogar psychische Störungen.



WIE FUNKTIONIERT DER NEUE TEST?

Die Patienten liefern eine Probe ihres Stuhlgangs ab. Etwa ein Drittel der Stuhlprobe besteht aus Darmbakterien. Aus diesen wird die DNA als Erbsubstanz isoliert und von den wichtigsten enthaltenen Bakterien ein genetischer Fingerabdruck genommen, sodass man sie identifizieren kann.

Durch Vergleich mit der Zusammensetzung der Darmbakterien von Gesunden lassen sich in jedem Einzelfall mögliche Abweichungen von der normalen Keimbesiedelung erkennen. Je nach Ausmaß der Abweichungen von der normalen Keimbesiedelung spricht man vom Schweregrad der Dysbiose und gibt diesen in der Form eines Zahlenwertes als Dysbiose Index an. Dysbiose Index 3 würde z. B. einer moderaten Veränderung entsprechen, während Dysbiose Index 5 einer schweren krankhaften Störung entspricht.

Diese Form der Diagnostik eröffnet völlig neue Möglichkeiten, da wir jetzt mit einer einzigen Untersuchung beim einzelnen Patienten in kurzer Zeit feststellen können, welche hilfreichen Darmbewohner möglicherweise fehlen und welche unerwünschten Keime möglicherweise im Überschuss vorhanden sind. In Verbindung mit den weiteren Stuhl-Untersuchungen lassen sich jetzt individuell abgestimmte Therapien für eine ganze Reihe bisher schwer zugänglicher Erkrankungen ermöglichen.



MIT WELCHEN KRANKHEITEN GIBT ES ZUSAMMENHÄNGE?

Dies wollen wir nachfolgend an einigen Beispielen verdeutlichen, wobei eine ganze Reihe weiterer Erkrankungen Beziehungen zu einer veränderten Keimzusammensetzung im Darm aufweist.

Dysbiose und entzündliche Darmerkrankungen

Der genetische Test bezüglich der Darmkeime hat sich als wertvolles Diagnostikum z. B. für entzündliche Darmerkrankungen und das Reizdarm-Syndrom etablieren lassen. Im Vergleich zu Gesunden zeigen Patienten mit Reizdarmsyndrom gehäuft Dysbiosen, allerdings moderater Ausprägung, während sich bei Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (Colitis ulcerosa und M. Crohn) in hoher Häufigkeit schwergradige Dysbiosen nachweisen lassen.

Dysbiose und Allergien

Aus vielen Untersuchungen lässt sich zweifelsfrei ableiten, dass zwischen dem Auftreten von Allergien und einer Dysbiose enge Zusammenhänge bestehen. So konnte bei Kindern mit allergischem Asthma eine Dominanz von *Clostridium difficile* bei gleichzeitig verminderten Anteilen von Bifidobakterien in der Mikrobiota nachgewiesen werden.

Dysbiose, Adipositas und Diabetes

Studien am Menschen haben gezeigt, dass eine dysbiotisch veränderte Mikrobiota mit metabolischen Störungen wie Adipositas und Diabetes korreliert sein kann. Insbesondere wurde über eine zu geringe Kolonisierung mit *Bacteroidetes* und eine Dominanz von *Firmicutes*-Stämmen berichtet, die sich nach Gewichtsabnahme wieder normalisierte.



WELCHE GEZIELTEN THERAPIEN ERMÖGLICHT DER NEUE TEST?

Stuhlbefunde als Wegweiser zu gezielten therapeutischen Maßnahmen

Auf der Basis der erhobenen Laborwerte und der uns mitgeteilten Angaben zu Ihrem Beschwerdebild werden Ihrem Therapeuten Erläuterungen zu den Laborwerten gegeben und, soweit möglich, auch Hinweise auf mögliche therapeutische Ansatzpunkte. Dies kann die Gabe von therapeutisch wirksamen Keimen (Probiotika) bzw. von Präbiotika, die Gabe von pflanzlichen Stoffen (Phytotherapie), eine Ernährungstherapie und vieles mehr beinhalten.

Oftmals kann man bei Infektionen auf den Einsatz von Antibiotika nicht verzichten, was die Darmkeime teilweise schwer schädigen kann. Hier den Hinweis, dass der Test es erlaubt die durch Antibiotika entstandenen Schäden an den Darmkeimen präzise zu ermitteln, sodass man eine gezielte Therapie einleiten kann.

WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

- bedarfsgerechte Zufuhr an Nahrungskalorien
- ausgewogene Anteile an Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten in der Nahrung
- ausreichende Zufuhr an Gemüse, Salaten und Obst
- ausreichende Zufuhr an Ballaststoffen
- Gewicht optimieren
- ausreichende Bewegung
- zurückhaltender Umgang mit Medikamenten wie z. B. Abführmitteln
- Stressreduktion



Praxisstempel

Diese Information ist ausschließlich für meine Patienten und nicht zur Weitergabe bestimmt.

**© 2015 synlab Services GmbH,
Kompetenzzentrum für komplementärmedizinische Diagnostik
Labor Dr. Bayer im synlab MVZ Leinfelden**