

Komplexer Kosmos des Darms

6. Sonntagsvorlesung des Ostalb-Klinikums im Paul-Ulmschneider-Saal

Das Immunsystem und die Darmflora standen im Mittelpunkt der gut besuchten Sonntagsvorlesung von Professor Dr. Gerhard Kleber, Chefarzt für Gastroenterologie, Hämatologie und Onkologie am Ostalbklinikum.

Sabine Raab

Aalen. Jeder Mensch trägt die unglaubliche Zahl von 100 Billionen Keimen im Darm. „Das ist mehr als das Zehnfache unserer menschlichen Körperzellen und mehr als jemals Menschen auf der Erde gelebt haben“, führte Professor Dr. Gerhard Kleber seine Zuhörer auf anschauliche Weise in den komplexen Kosmos des Verdauungskanals ein. Doch kenne man längst noch nicht alle der auf etwa 500 bis 1000 geschätzten Arten von Bakterien im Darm, betonte der Gastroenterologe.

Die wissenschaftliche Medizin sei spät auf das Thema aufgesprungen und beschäftige sich erst seit zehn Jahren intensiv mit entsprechenden Studien. Wissenschaftlich untersucht worden sei dabei der schon länger vermutete Einfluss von Pro- und Präbiotika auf die Darmflora. Probiotika seien Mikroorganismen, hauptsächlich Milchsäure- und Bifidobakterien, die mit der Nahrung in den Darm gelangten, sich dort ansiedelten und einen günstigen Effekt auf die Gesundheit haben. In großer Zahl seien sie im Joghurt vorhanden, dessen gesundheitsfördernde Wirkung Isaac Carasso in Bulgarien herausgefunden, und daraufhin vor 90 Jahren mit der industriellen Produktion des „Gesundheitsmittels“ begonnen habe.

„Als Präbiotika“, erklärte der Mediziner, „bezeichnet man unverdauliche Nahrungsbestandteile, die von den Darmbakterien als eine Art Futter aufgenommen werden. Eine intakte Darmflora habe viele positive Wirkungen auf den Körper, erläuterte Professor Dr. Kleber. Sie verhindere Entzündungen und die Ausbreitung von Krankheitserregern im Körper, sie rege die Verdauung an, Sorge für die Synthese der Vitamine B und K, unterstütze die Verstoffwechslung von Eiweiß und Gallensäure. Außerdem könne sie Einfluss auf die Beweglichkeit, das Schmerzempfinden und Hauterkrankungen wie Neurodermitis haben.

Durchfall bei Flora-Störungen

„Ist die Darmflora gestört, beispielsweise durch infektiöse Keime in Nahrungsmitteln oder durch eine Antibiotika-Unverträglichkeit, kommt es zu Durchfallerkrankungen“, erläuterte Kleber. Ein Symptom, unter dem auch Patienten mit chronisch-entzündlichen Darmkrankheiten, wie Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa litten, während sich das „Reizdarmsyndrom“ häufig lediglich mit Bauchschmerzen und Völlegefühl äußere.

Die klinische Wirksamkeit von Probiotika bei chronischen Erkrankungen sei nachgewiesen.

„Doch wir haben erst das Halbfinale erreicht“, resümierte Professor Dr. Kleber am Ende seines Vortrags den Stand der Forschungen.

© Schwäbische Post 04.07.2010