

FORSCHUNG pharma Reizdarmsyndrom



© image_jungle / iStock / Getty Images

Die Darmbakterien spielen ganz offensichtlich eine wichtige Rolle beim Reizdarmsyndrom. Probiotika können eine ungünstig zusammengesetzte Darmmikrobiota korrigieren.

Gleichgewicht im Darm – Beim Reizdarmsyndrom leiden die Betroffenen unter Bauchkrämpfen, Blähungen sowie Verstopfung oder Durchfall. Die Ausprägung und auch die Kombination der Symptome sind individuell sehr unterschiedlich. Allen gemeinsam ist, dass die Beschwerden stets im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme auftreten. Die Ursachen sind bis heute nicht wirklich bekannt. Offenbar hat der Darm sein Konzept für die Darmbewegungen und die Zusammensetzung der Verdauungssekrete verloren. Noch dazu reagiert er extrem schmerzempfindlich auf eigentlich harmlose Dehnungsreize. In letzter Zeit zeigt sich immer mehr, dass die Beschwerden eng mit einer Fehlbesiedlung des Darmes verbunden sind. Generell wird Reizdarmpatienten empfohlen, auf fette und stark blähende Speisen zu verzichten. Ebenso sind mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt besser als wenige große Mahlzeiten. Wichtig ist auch die nötige Ruhe beim Essen. Empfehlenswert

ist das Führen eines Ernährungstagebuches, es kann Aufschluss über individuelle Unverträglichkeiten geben. Die tägliche Einnahme von Flohsamenschalen ist eine Art Basistherapie. Unabhängig davon, ob der Betroffene eher zu Durchfällen oder eher zu Verstopfung neigt, können Flohsamenschalen mit ihrem hohen Ballaststoffanteil und ihrer guten Quellfähigkeit die natürliche Nahrungspassage im Darm unterstützen.

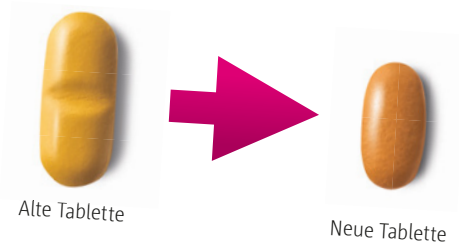
Probiotika nehmen in der S3-Leitlinie Reizdarmsyndrom eine feste Behandlungsposition ein. Dies unterstreicht die Theorie, dass die Patienten eine veränderte beziehungsweise fehlbesiedelte Darmmikrobiota aufweisen. Demensprechend gibt es inzwischen zahlreiche Produkte, deren Ziel es ist, die Darmflora wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Die Produkte unterscheiden sich zum Teil deutlich. Wenn Probiotika eingesetzt werden, ist es wichtig Bakterienstämme mit nachgewiesener Wirksamkeit und in ausreichend hoher Konzentration einzusetzen. Darm-Care Biotic Reizdarm enthält die beiden Bakterienkulturen *Lactobacillus acidophilus* DSM 24936 und *Lactobacillus reuteri* DSM 25175, und zwar pro Sacht (entspricht einer Tagesdosis) zehn Milliarden KBE (koloniebildende Einheiten). Die Wirkung dieser *Lactobacillus*-Stämme wurde in einer randomisierten, placebokontrollierten Doppelblindstudie mit 100 Reizdarmpatienten bestätigt. Erste Ergebnisse waren nach zehn Tagen zu beobachten. Die Wirkung hielt auch 30 Tage nach der Einnahme noch an, sodass die Ansiedlung der Milchsäurekulturen im Darm stabil zu sein scheint. Zusätzlich enthält jedes Sacht teilhydrolysiertes Guarkernmehl, das den *Lactobacillus*-Stämmen als Nahrung dient und ihre erfolgreiche Ansiedlung und Vermehrung unterstützt. Bei der bakteriellen Fermentierung entstehen kurzkettige Fettsäuren, die den pH-Wert im Darm senken, sodass sich die Bakterien ein für sie günstiges Milieu schaffen können. ■

QUELLE

„Weil Gesundheit durch den Magen geht“, Pressekonferenz vom 20. Februar 2020 in Hamburg. Veranstalter: SALUS Haus GmbH & Co. KG.

JETZT NEU!

Bewährte Qualität in einer kleineren Tablette!



Für Ihr Kundengespräch:

„Kleinere Tablette, gleiche Wirkung.
Mit 240 mg Ginkgo-Premiumextrakt EGb 761®!“



✓ Noch leichtere Einnahme für bessere Compliance

✓ Erforscht, entwickelt und hergestellt in Deutschland

Tebonin® konzent® 240 mg. Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. Zusammensetzung: 1 Filmtablette enthält: Wirkstoff: 240 mg quantifizierter, raffinierter Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern (35-67:1), Auszugsmittel: Aceton 60 % (m/m). Der Extrakt ist quantifiziert auf 52,8 - 64,8 mg Flavonoidglykoside sowie auf 12,96 - 15,84 mg Terpenlactone, davon 6,72 - 8,16 mg Ginkgolide A, B und C sowie 6,24 - 7,68 mg Bilobalid, und enthält unter 1,2 µg Ginkgolsäuren pro Filmtablette. Sonstige Bestandteile: Gefälltes Siliciumdioxid; Mikrokristalline Cellulose; Croscarmellose-Natrium; Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzlich]; Hypromellose; Stearinsäure; Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O E 172; Eisen(III)-oxid E 172; Talkum. Anwendungsgebiete: Zur Verbesserung einer altersbedingten kognitiven Beeinträchtigung und der Lebensqualität bei leichter Demenz. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegenüber Ginkgo biloba oder einem der sonstigen Bestandteile; Schwangerschaft. Nebenwirkungen: Sehr häufig: Kopfschmerzen. Häufig: Benommenheit / Schwindel, Diarrhoe, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen. Häufigkeit nicht bekannt: Blutungen an einzelnen Organen (Auge, Nase, Gehirn, Gastrointestinaltrakt), Überempfindlichkeitsreaktionen (allergischer Schock), allergische Hautreaktionen (Erythem, Ödem, Juckreiz). Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG - Karlsruhe

TI/02/09/19/01

