

## Vitalstoff Journal Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

---

### Probiotika lindern durch Antibiotika bedingten Durchfall

---

#### Probiotika lindern durch Antibiotika bedingten Durchfall

Antibiotika-bedingter Durchfall kann durch Kombination mit Probiotika vermieden werden. Dies ist das Ergebnis einer Untersuchung von verschiedenen Studien an insgesamt über 4.000 Menschen.

Unsere Darmflora ist ständigen Angriffen durch krankheitserregende Mikroorganismen ausgesetzt. Zu den vielen Abwehrmechanismen gehören auch probiotische Bakterien, die die schädlichen bekämpfen und um die gleichen Nahrungsquellen konkurrieren. Bei einer Infektionskrankheit haben an irgendeiner Stelle des Körpers entsprechende Erreger, also wiederum Mikroorganismen, die Oberhand gewonnen. Wenn der Körper durch eigene Gegenmaßnahmen nicht mehr in der Lage ist, über diesen Befall Herr zu werden, dann muss ein medikamentöser Eingriff erfolgen.

### Antibiotika bekämpfen alle nicht-resistenten Mikroorganismen

---

Freilich ist auch im akuten Falle oftmals der ärztlich überwachte Einsatz von Naturheilmitteln möglich. In vielen Fällen jedoch entscheidet der Arzt für ein Antibiotikum. Diese Arzneimittel wirken sehr effektiv gegen Mikroorganismen, vorausgesetzt der jeweilige Erreger ist gegen den Stoff nicht bereits immun. Allerdings können Antibiotika nicht zwischen nützlichen und schädlichen Bakterien unterscheiden. Daher bekämpfen sie auch die hilfreichen Mikroorganismen der Darmflora. Als ich noch jünger war, hat mein Hausarzt mir nach der Gabe von Antibiotika immer auch ein Präparat zum Aufbau der Darmflora verordnet. Das wird - bedauerlicherweise - heutzutage kaum noch gemacht.

### Multiresistentes Clostridium difficile kann bei beeinträchtigter Darmflora Durchfallerkrankung verursachen

---

In der Folge können Erkrankungen wie ein Antibiotika-bedingter Durchfall entstehen. Eine große Rolle dabei spielt das Bakterium Clostridium difficile (C. difficile). Zahlreiche Stämme dieses Organismus gelten als multiresistent. Das heißt, während verschiedene Antibiotika auch mit Breitbandwirkung Krankheitserreger sowie probiotische Bakterien angreifen, bleibt C. difficile davon unbeeinträchtigt. Mit der Verminderung hilfreicher Mikroorganismen kann C. difficile sich zudem ungehindert vermehren und giftige Substanzen ausscheiden. Auf diese Weise entstehen Durchfallerkrankungen, die häufig einen schweren, manchmal auch tödlichen Verlauf nehmen können.

### Vielzahl klinischer Studien bestätigt, dass die Häufung von Durchfallerkrankungen mit Probiotika abnimmt

---

Genau mit diesem Problem hat sich ein Team der Bastyr Universität in Seattle, USA, beschäftigt. Sie wollten wissen, welche Maßnahmen gegen Antibiotika-bedingten Durchfall und das C. difficile getroffen werden können. Zu diesem Zweck haben sie 23 klinische Studien zu diesem Thema analysiert.

Die Ergebnisse der Meta-Studie sowie die Untersuchung selber gingen in die Datenbank der renommierten Cochrane Collaboration ein. Dabei handelt es sich um eine Sammlung von Übersichtsstudien, die hohen Standards entsprechen sowie in ihrer Beweiskraft den aktuellen Stand der Wissenschaften repräsentieren. Den Forschern fiel vor allem auf, dass die Antibiotika-begleitende Vergabe von Probiotika die Anzahl der Durchfallerkrankungen signifikant vermindern kann.

Darüber hinaus konnten sie feststellen, dass ein Befall mit C. difficile nicht unbedingt zu dem gefürchteten Durchfall führen muss. Schließlich konnten sie auch beide Befunde in einen Zusammenhang bringen.

### Probiotika reduzieren Schädigung von C. difficile

---

Die Daten von insgesamt 4.213 Patienten jeden Alters gingen in die Meta-Studie der US-amerikanischen Wissenschaftler ein. In denjenigen Fällen, bei denen Probiotika in Verbindung mit Antibiotika eingenommen wurden, sank die Zahl der Personen, die an Durchfall erkrankten um erstaunliche 64 Prozent.

Anders ausgedrückt kam es mit Probiotika nur bei zwei Prozent der Patienten zu einem Antibiotika-bedingten Durchfall, während es ohne Probiotika sechs Prozent betraf. Zudem sank bei einer Einnahme von Probiotika auch die Zahl der Antibiotika-bedingten Nebenwirkungen. Allerdings konnten die Forscher keinen nennenswerten Unterschied, ob mit oder ohne Probiotika, bezüglich des Befalls mit C. difficile erkennen. Das heißt, die probiotischen Kulturen bekämpfen wohl weniger das gefährliche Bakterium an sich als vielmehr dessen schädliche Auswirkungen.

## Einnahme von Probiotika bei Behandlung mit Antibiotika empfohlen

---

Die Schlussfolgerung der Bastyr-Wissenschaftler lautet daher, dass die gemeinsame Einnahme von Probiotika und Antibiotika sicher ist und einen empfehlenswerten Weg darstellt, Antibiotika-bedingte Durchfallerkrankungen zu vermeiden. Andererseits liefern die Forscher mit ihrer Meta-Analyse wichtige Hinweise für weitere Forschungen. Dies betrifft vor allem die Erkenntnis, dass durch Probiotika nicht die Verbreitung von *C. difficile* eingeschränkt wird, sondern die Folgen seiner giftigen Ausscheidungen abgemildert werden.

### DRL01: FloraSan (Probiotikum) - Preis: 16,90 €

---

Dieses Produkt enthält Bifidobakterien kombiniert mit Inulin. Das Bifidobacterium longum unterstützt das Gleichgewicht der Darmflora. Das Bifidobacterium breve hilft, die Darmgesundheit zu erhalten. Inulin regt das Wachstum von Bifidobakterien im Darm an. Es wirkt prebiotisch und fördert das Wachstum einer gesunden Darmflora.

Der Darm des Menschen wird von Bakterien, Archaeen und Eukaryoten besiedelt. Er stellt ein komplexes und dynamisches bakterielles Gleichgewicht dar, das sich innerhalb der ersten Lebensjahre etabliert. Die Besiedlungsdichte des Darms ist anfangs gering und steigt mit zunehmendem Lebensalter stetig an. Während des Geburtsprozesses und kurz danach erfolgt die erste bakterielle Besiedlung des vorher sterilen humanen Gastrointestinaltraktes. Bei natürlich geborenen Kindern beginnt die Kolonisation während der Geburt.

Jeder Mensch besitzt zehnmal mehr Bakterien als Körperzellen.

Die Mikroorganismen haben es sich auf der Haut, in den Atemwegen und im vor allem im Darm gemütlich gemacht. Der Verdauungstrakt wird von ca. 500 bis 1000 verschiedenen Arten besiedelt. Insgesamt bringt es die Darmflora auf ein Gesamtgewicht von bis zu zwei Kilogramm.

Gesunde Darmbakterien fördern und aktivieren die normalen Darmbewegungen und aktivieren die natürlichen Abwehrkräfte im Verdauungstrakt. Sie sind gut für die Darmgesundheit bei Einnahme von Antibiotika.

**Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power**