

Kurzfassung

PROBIOTIKA - WELCHEN EINFLUSS HABEN SIE AUF DEN ORGANISMUS?

von Dr. rer. nat. Michaela Döll, Wachenheim

Zusammenfassung:

Einer gesunden Darmflora gilt heutzutage im Rahmen von Präventionsbestrebungen ein besonders großes Interesse. Für die Zufuhr probiotischer Stämme durch den Verzehr fermentierter Milchprodukte oder durch eine Supplementierung mit Nahrungsergänzungsmitteln werden eine ganze Reihe gesundheitsfördernder Effekte auf den Organismus postuliert, die vielfach in Studien nachgewiesen werden konnten. Dies betrifft nicht nur die antagonistische Wirkung im Hinblick auf pathogene Keime, sondern schließt beispielsweise auch diverse StoffwechsellLeistungen seitens der Probiotika und einen positiven Einfluss auf das Immunsystem mit ein. Von Bedeutung sind Milchsäurebakterien auch für eine bestehende Laktoseintoleranz, die beim Verzehr von Milchzucker via Nahrung zu abdominellen Beschwerden führen kann. In mehreren klinischen Studien wurde gezeigt, dass die Zufuhr probiotischer Stämme eine Verbesserung der Milchzuckerunverträglichkeit bewirkt. Voraussetzung für die probiotische Wirkung von Mikroorganismen ist die Kolonialisierung des Darmes, die wiederum an diverse Bedingungen gekoppelt ist.

Inhaltsangabe:

1. Der positive Einfluss von Milchsäurebakterien auf die Gesundheit ist bereits vor 100 Jahren erkannt worden !
2. Voraussetzungen für die probiotische Wirkung von Mikroorganismen
3. Bedeutung der Probiotika für den menschlichen Organismus
 - 3.1 Antagonistische Effekte: Schutz vor pathogenen Mikroorganismen
 - 3.2 Modulation von StoffwechsellLeistungen
 - 3.3 Positive Beeinflussung der körpereigenen Abwehr
 - 3.4 Verbesserung der Laktosetoleranz
4. Zusammenfassend bestätigt die Mehrzahl der Untersuchungen die Essentialität der intakten Darmflora für die Gesunderhaltung des Organismus

Herausgegeben von: Prevent-Network München 2001 - www.preventnetwork.com. Alle Rechte vorbehalten.

Gewerbliche Verwendung, Nachdruck, Vervielfältigung über Datenverarbeitungsanlagen und Internet nur nach Genehmigung durch **PreventNetwork** gestattet.

PreventNetwork, Strangenhäuschen 26, 52070 Aachen
online@preventnetwork.com, Tel. (+49) (0)180 - 511 44 30 Fax (+49) (0)180 - 511 44 35

Büro Wien: PreventNetwork, austria@preventnetwork.com,