

Pressemitteilung

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.



Probiotika: Wundermittel oder Monster?

Einsatz nur bei bestimmten Erkrankungen sinnvoll – individuelle Therapie und Dosierung notwendig

Irsee, 5. November 2009 - Die Bedeutung der Darmflora bei bestimmten Erkrankungen wurde bereits um das Jahr 1900 entdeckt. Ebenso der Einsatz von lebenden Mikroorganismen, die bei der Therapie bestimmter Erkrankungen gesundheitsförderlich beim Menschen verwendet werden können. Diese sogenannten Probiotika werden aber erst seit den 80-er Jahren nach den Prinzipien der evidenzbasierten Medizin erforscht und evaluiert, neuerdings auch bei schwerkranken Patienten auf Intensivstationen. Insgesamt gibt es derzeit acht direkte Studien zur Wirkung von Probiotika bei Schwerstkranken. Die Ergebnisse sind unterschiedlich, drei Studien beurteilen den Einsatz positiv, drei ausgeglichen und zwei negativ. „Bestimmte Probiotikastämme, wie zum Beispiel Lactobazillus-Stämme können bei ausgewählten Erkrankungen und Patienten eine positive Wirkung haben,“ sagte Prof. Dr. Stephan C. Bischoff, Direktor des Institutes für Ernährungsmedizin der Universität Hohenheim in Stuttgart, anlässlich einer Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) im schwäbischen Irsee. So sei der Einsatz zum Beispiel bei akuten, infektiösen Durchfallerkrankungen, chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (Colitis ulcerosa), beim Reizdarmsyndrom, bei Kleinkindern mit schwerer Darmentzündung und bei antibiotika-assoziiertem Durchfall durchaus sinnvoll. Metanalysen, die mehr als 1.000 Patienten eingeschlossen haben, hätten dies bestätigt. Wichtig sei, spezifisch zu schauen, wo Probiotika wirkungsvoll seien und sie nicht pauschal einzusetzen. So sei dagegen der Einsatz bei kritisch Kranken und Patienten auf einer Intensivstation sehr viel kritischer zu bewerten, da bei diesen Menschen häufig der Darm insgesamt so weit geschädigt sei, dass Probiotika dort eher schaden als helfen.

Unterschiedliche Darreichungsformen

Insgesamt gibt es rund 20 bis 30 verschiedene Probiotikastämme. Ihnen gemeinsam ist es, dass sie die Passage durch den Magen mit seiner Magensäure und die Verdauungsenzyme im Darm unbeschadet überstehen. Sie siedeln sich dann zeitbegrenzt in der vorhandenen Darmflora an, in der bereits über 500 verschiedene

Herausgeber:
DGEM e.V.
Präsident Prof. Dr.
Arved Weimann
Olivaer Platz 7
10707 Berlin
infostelle@dgem.de
Tel. 030/3198 31 5006
Fax 030/3198 31 5008
www.dgem.de
© 2009 DGEM e.V.

Mikroorganismen ihre Verdauungsarbeit tun. Eingesetzt werden sie hauptsächlich, um die Lactose-Verdauung (Verwertung von Milchzucker) zu fördern, krankheitserregende Keime im Darm zu unterdrücken und die Dauer bestimmter Formen von Durchfall – vor allem durch Viren verursacht – zu verkürzen. Ebenso können sie Allergien, Neurodermitis und Infektionen bei Frühgeborenen positiv beeinflussen. Probiotika werden entweder als Kapsel verordnet oder sind Joghurts zugesetzt. Bei den Joghurts haben Studien festgestellt, dass sich zum Beispiel die Probiotikastämme *Lactobazillus casei* *defensis* und *Lactobazillus casei* *Shirota* positiv bei antibiotika-assoziiierter Durchfallerkrankung auswirkt.

Sorgfältig geplante, ärztlich geleitete Studien

Bei schwerkranken Patienten dagegen sollten Probiotika nur im Rahmen von sorgfältig geplanten und ärztlich geleiteten Studien eingesetzt werden. Hier muss noch herausgefunden werden, welche Probiotika bei welchen Krankheitsbildern tatsächlich wirksam und auch sicher sind. Bei korrektem Einsatz können Probiotika tatsächlich Erstaunliches bewirken. Bei falscher Indikation können sie aber auch, wie andere wirksame Therapeutika, unerwünschte Wirkungen haben.

Ansprechpartner:

Prof. Dr. Stephan C. Bischoff
Institut für Ernährungsmedizin (180)
Universität Hohenheim
D-70593 Stuttgart
bischoff.stephan@uni-hohenheim.de