

## Wirksamkeit von Probiotika bei Krankheiten des Magen-Darm-Trakts

**Datum:** 01.04.2018

**Original Titel:**

Probiotics for Gastrointestinal Conditions: A Summary of the Evidence

Die gesundheitlichen Vorteile von Probiotika sind Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Untersuchungen. Probiotika enthalten Mikroorganismen, allen voran Bakterien, die den nützlichen Bakterien der menschlichen Darmflora sehr ähnlich sind. Probiotika finden vor allem bei Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts Anwendung, da sie das immunlogische Gleichgewicht im Magen-Darm-Trakt durch eine direkte Interaktion mit Immunzellen fördern.

Viele Probiotika, vor allem Laktobazillen, Bifidobakterien und *Saccharomyces* sind gut untersucht, allerdings besteht sowohl bei Patienten als auch Ärzten häufig Unsicherheit, welche Probiotika bei welchen Erkrankungen empfehlenswert sind. Die Studie von Wilkins und Sequoia (2017) ging dieser Frage intensiver nach. Die beiden Wissenschaftler stellten in ihrer Analyse heraus, dass die Effektivität der Behandlung durch Probiotika sowohl von der Spezies als auch von der Dosis abhängt und nicht alle Probiotika bei allen Krankheiten wirken. Ebenso hängt die Dauer der notwendigen Therapie mit den Probiotika von der jeweiligen Krankheit ab. Gemäß den beiden Wissenschaftlern liegen hochwertige wissenschaftliche Daten vor, die zeigen, dass Probiotika bei Colitis ulcerosa, bei akutem, durch Antibiotika oder *Clostridium difficile*-ausgelöstem Durchfall, bei der hepatischen Enzephalopathie, Reizdarmsyndrom, funktionellen gastrointestinalen Störungen und der nekrotisierenden Enterokolitis helfen. Bei Morbus Crohn und akuter Pankreatitis hingegen helfen Probiotika nicht.

Sowohl bei Kleinkindern, Kindern, Erwachsenen und älteren Personen ist die Anwendung der Probiotika sicher, allerdings sollten immungeschwächte Personen den Einsatz von Probiotika sorgfältig abwägen.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Probiotika bei einer Reihe von Krankheiten, die Magen und Darm betreffen, wirksam sind und sie sich durch eine einfache und sichere Anwendung auszeichnen.

**Referenzen:**

Wilkins T, Sequoia J. Probiotics for Gastrointestinal Conditions: A Summary of the Evidence. *Am Fam Physician*. 2017 Aug 1;96(3):170-178.