
Darmprobleme

Typische Darmprobleme sind: Blähungen, Verstopfung, Bauchaufblähen, Durchfall, Bauchschmerzen mit und ohne Durchfall, Durchfall und Verstopfung im Wechsel, Aufstoßen, Magenschmerzen, Sodbrennen, um die häufigsten zu nennen.

Probleme und Beschwerden im Magen-Darm-Trakt (MDT) sind einige der häufigsten Gründe für einen Arztbesuch. Das „Darmbiotop“ nimmt durch seine Vielseitigkeit einen extrem wichtigen Teil an der Gesamtfunktion des Körpers und des Geistes ein. Die Darmbakterien sind eine richtige „Fabrik“, in der extrem viele Stoffwechselprozesse stattfinden.

Durch eine Vielzahl an sehr innovativen Laboruntersuchungen kann man den Ursachen für Beschwerden im MDT auf die Spur kommen und eine fast maßgeschneiderte Therapie mit natürlichen Substanzen individuell zusammenstellen.

Darm & Übergewicht
Histamin & Gluten
Darmdiagnostik
Darmfunktionen
Darmprobleme



Darm & Übergewicht

Viele Faktoren tragen zu Übergewicht bei. Ein Täter liegt im Darm. Im Darm existiert eine Bakterienart – die Fermicuten, die die Eigenschaft haben, Ballaststoffe abzubauen. Ihr Verhältnis zu dem Bakterientyp Bacteroidetes liegt, im Falle einer gesunden Verteilung, bei 1:1 bis 1:3.

Ist die Anzahl der Fermicuten durch Ernährungsfehler oder Antibiotikagabe so angewachsen, dass das Verhältnis steigt (Verhältnisse bis 1:2000 sind keine Seltenheit), so kommt es zu einer „versteckten“ Kalorienaufnahme, zu einer ungewollten Gewichtszunahme und zu einem diätresistenten Übergewicht. Übergewichtige Menschen sollten dies besonders beachten!

Histamin & Gluten

Histamin ist ein körpereigener Stoff, der in allen Zellen gebildet wird und unter bestimmten Bedingungen aus den Zellen ausgeschüttet wird. So gelangt z.B. Histamin aus den Zellen der Darmschleimhaut in den Darm und dadurch **zurück** in den Körper und kann dort (im Darm und im Körper) zu vielen Problemen führen, wenn es nicht rechtzeitig abgebaut werden kann. Es können Durchfall, Bauchschmerzen, Übelkeit, Schwindel, Migräne, körperliche Schwäche, Schweißausbrüche auftreten, um nur die häufigsten zu nennen.

Gluten dagegen wird mit der Nahrung aufgenommen. Gluten, eine Zusammensetzung aus vier Aminosäuren, ist ein Sammelbegriff für das Eiweiß verschiedener Getreidesorten wie Weizen, Dinkel, Hafer, Roggen. Viele Menschen haben sehr komplexe Probleme, wenn diese Eiweiße in den Körper transportiert werden und das Immunsystem sie „attackiert“, weil es die Glutenmoleküle als „fremd“ ansieht. Es sind über 100 Krankheiten bekannt, die bei empfindlichen Individuen als Folge von Gluteneinnahme entstehen.

Die Diagnostik ist bei beiden Fällen ausgereift, ist nicht kompliziert und zu einem hohen Grad richtungsweisend für eine Therapie.

Darmdiagnostik

Wenn man weiß, welche Darmbakterien andere überwuchern oder sich in der Minderzahl befinden oder ob die Darmpilze (die sich immer physiologisch im Darm befinden) sich übermäßig vermehrt haben, dann kann das gestörte Gleichgewicht des Darmbiotops auf kurz oder lang zurück ins Gleichgewicht gebracht werden.

Folgende Untersuchungen eignen sich, um Probleme abzuklären, die ursächlich mit dem MDT verbunden sind:

Durchlässigkeit der Darmschleimhaut

Darmprofil (Bakterien, Pilze, Darmimmunleistung, Mikroentzündung etc.)

Bakterielle Überwucherung des Dünndarms

Glutenprobleme

Histaminprobleme

Minderung der Vitalstoffkonzentration

Mitochondrienfunktion

Antioxidation

Immunglobuline der Klasse Ig G 4

Erfassung der Barrierenkompetenz des Darms

Übergewicht und die Darmbeteiligung an diesem Problem und einige andere.

Nur eine auf Ihre persönlichen Probleme zugeschnittene Diagnostik kann entscheidend sein, um eine richtungsweisende Therapie vorzuschlagen. Bitte, sprechen Sie mich an wenn Sie eine komplette Darmdiagnostik wünschen.

Darmfunktionen

„Wir wissen, dass es im Darm ein Gehirn gibt, egal wie fehl am Platze diese Äußerung erscheinen mag. Der ‚hässliche‘ Darm ist intellektueller als das Herz und mag eine größere Möglichkeit haben, Gefühle zu entwickeln“ schreibt der weltbekannte Physiologe Dr. Michael Gershon in seinem Buch *„The second brain“*.

Der Darm spielt bei Problemen, Symptomen und Krankheiten des Körpers eine immens wichtige Rolle, die erst in den letzten Jahren richtig verstanden wird. Die Oberfläche des Darms, seine Schleimhaut, ist einer der stoffwechselfähig interessantesten Organe des Körpers. Ihre Funktion ist noch nicht vollständig verstanden worden, obwohl wir heute (2018) weit aus mehr wissen als noch vor zehn Jahren!

Die 500-600 verschiedenen Bakterienarten, die teilweise Luft zum Leben brauchen, aber zum Großteil ohne Luft existieren, kann man generell in Säuerungs- und Fäulnisflora einteilen. So bauen Fäulniskeime Fett und Eiweiß ab, wodurch Gase entstehen, die für den strengen Stuhlgeruch verantwortlich sind. Andere verwerten Kohlehydrate, ein dritter Typ hat einen Schutzcharakter und legt sich schützend über die Schleimhaut, um günstige Lebensbedingungen für diese zu schaffen.

Durch seine besonders gefaltete Oberfläche, von Tälern und Spitzen geprägt, bietet der Darm genügend Kontaktfläche, so dass die Nahrung durch die vielen Enzyme biochemisch zerkleinert, innerhalb von 14-18 Stunden in den Körper transportiert wird.

Der Darm hat eine Fläche von der Größe eines Tennisplatzes, etwa 400 m². Er ist schlauchförmig und hat eine Länge von etwa 5-6 Metern. Der Darm ist besiedelt mit einer unvorstellbaren Menge an Bakterien. Würde man alle Darmbakterien (nach heutigem Wissensstand 10 hoch 12 bis 10 hoch 14 !!!) wie eine Perlenkette aneinanderreihen, dann würde sie die Erde zweieinhalb Mal umspannen.

Im Darm befindet sich ein Großteil des Immunsystems und in seiner Wand werden Nerven hormone produziert. Wiederum beeinflussen Erkrankungen und Stressfaktoren die Situation im Darm.

Aber warum benötigen wir so viele Darmbakterien?

Weil die Darmschleimhaut, die **Darmbarriere**, einen „Schutzwall“ braucht, um unsere Immunabwehr korrekt arbeiten zu lassen. Weil die verschiedenen Bakterientypen auf engstem Raum so viele verschiedene Funktionen *gleichzeitig* ausführen können. Weil einige der Darmbakterien einen dichten „Rasen“ über der

Darmschleimhaut bilden und die Krankheitserreger daran hindern, an der Schleimhaut anzudocken oder gar in den Körper einzudringen.

Die Aufgaben der Darmflora sind:

- Beitrag zur Immunabwehr
- Abbau von Fett, Eiweiß, Kohlehydraten
- Nährstoffversorgung der Dickdarmschleimhaut
- Anregung der Darmbeweglichkeit
- Bildung von Vitamin K

Darmprobleme

Viele Darmbeschwerden können nicht durch eine Dickdarm- oder Magenspiegelung abgeklärt werden. Viele körperliche Beschwerden haben ihre Ursache im Darm. Aus diesen Gründen ist die Berücksichtigung des Darmes, seine Funktionen und seiner Bewohner für den ärztlichen Alltag sehr wichtig.

Haben Sie:

- Blähungen
- Durchfälle
- geblähten, dicken Bauch
- Verstopfung
- Reizdarm
- wiederkehrenden Durchfall
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Hautekzeme
- Heuschnupfen

und sonstige Probleme, so kann sehr häufig die Ursache der Beschwerden in der pathologischen Verteilung der verschiedenen Darmbakterien liegen, von denen an die 40 Typen für die Darmgesundheit verantwortlich sind.

Ist der Darm entzündet (dieser Zustand wird als „leaky gut“ bezeichnet = durchgängiger Darm), so lässt er Stoffe und Bakterienprodukte durch, die im Inneren des Körpers schwerwiegende Probleme machen können. Die Körperabwehr kann zur Entstehung von MS führen aber auch an der Entstehung unterschiedlichsten Probleme mitbeteiligen sein wie:

Multiple Sklerose, unklare lang dauernde Ermüdung, Alzheimer Demenz, Morbus Parkinson, Autoimmunerkrankungen, Rheuma, Arterienverkalkung.

Eine ausgewogene Darmflora sorgt für die Darmgesundheit.