



Mitteilungen, Nachrichten und Wissenswertes in Kürze

Prä- und Probiotika zur Gesunderhaltung der Darmflora NEU: PROBIKEHL® Packung mit 120 Kapseln

In der Naturheilkunde hat er schon immer einen besonderen Platz eingenommen und auch in der Schulmedizin gewinnt er zunehmend an Bedeutung, ja selbst in der Breite der Bevölkerung hat er dank einiger Bestseller einen festen Platz bekommen: der Darm.

Dass er eine wichtige Grundlage für die Gesundheit und Gesunderhaltung unseres Körpers bildet, ist demnach mittlerweile unbestritten. Geht es um die Unterstützung dieser Funktionen durch Nahrungsergänzungsmittel, sind die Ergebnisse jedoch manchmal weniger eindeutig. Klar - und durch zahlreiche Studien in den vergangenen Jahren bewiesen - dabei ist, dass Prä- und Probiotika das Ungleichgewicht im Darm reduzieren und die Darmflora wiederaufbauen können. Doch ist es immer wieder Bestandteil der Diskussionen, ob nun lieber Mono- oder Mehrfachpräparate genommen werden sollten.

Sogenannte „Monostrain-Probiotika“ enthalten dabei nur einen bestimmten Mikroorganismenstamm. „Multistrain-Probiotika“ enthalten mehr als einen Stamm derselben oder einer anverwandten Art, beispielsweise *Lactobacillus acidophilus* und *Lactobacillus paracasei*. Multispezies-Probiotika bestehen dahingegen aus unterschiedlichen Stämmen, die bestenfalls mehreren Gattungen angehören, so zum Beispiel Laktobacillen und Bifidobakterien.

Während noch vor einigen Jahren bevorzugt auf die Monostrain-Präparate zurückgegriffen wurde, so mehren sich heutzutage die Studien,

die den Einsatz von Multistrain-Probiotika positiv bewerten (1). Diesen Studien zufolge kombinieren Multistrain-Präparate die spezifischen Eigenschaften unterschiedlicher Bakterien-Gruppen und erreichen so einen breiteren Grad der Wirksamkeit. Dieser wird unter anderem dadurch begründet, dass die Stämme unterschiedlicher Mikroorganismen eine um 20-40% höhere Überlebenschance in der Magen- und Dünndarmpassage aufweisen (2). Auch können mehrstämmige Probiotika möglicherweise unterrepräsentierte oder defekte Stämme beim Wachstum unterstützen. So könnten auch Bakterien, die bisher eher eine probiotische Nische bilden, gestärkt werden.

Kurz erklärt:

Präbiotika, Probiotika, Synbiotika

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Probiotika als „lebende Mikroorganismen, die – in ausreichender Menge verabreicht – dem Wirtsorganismus einen gesundheitlichen Nutzen bringen“. Diese mikroskopisch kleinsten Lebewesen sollen sich im Darm ansiedeln und eine ins Ungleichgewicht geratene Darmflora wiederherstellen. Ein gutes Probiotikum enthält Bakterien, die die Magensäure überleben, denn einen positiven Effekt erzielen sie nur in ausreichender Menge im Darm.

Präbiotika sind Nährstoffe, die als Nahrung der probiotischen Mikroben dienen. Diese unverdaulichen Stoffe überleben Magen und Dünndarm, um im Dickdarm die natürliche Darmfunktion zu unterstützen. Präbiotika fördern dabei nur die erwünschten Bakterien und dienen weder Krankheitserregern oder unerwünschten Bakterien als Nahrungsquelle.

Viele fermentierte Nahrungsmittel, wie z.B. Sauerkraut, Käse oder Kimchi, enthalten natürliche Präbiotika.

Probiotika werden vorrangig als Nahrungsergänzungsmittel aufgenommen. Da es hunderte unterschiedlicher Bakterienstämme gibt, gibt es nahezu unzählige Möglichkeiten der Kombination probiotischer Angebote. Werden Prä- und Probiotika als ein Präparat angeboten, so spricht man von Synbiotika.

In dem Nahrungsergänzungsmittel PROBIKEHL® sind sieben Probiotika-Stämme (*Lactobacillus plantarum* W21, *Lactobacillus acidophilus* W22, *Lactobacillus paracasei* W20, *Lactobacillus salivarius* W24, *Lactobacillus lactis* W19, *Bifidobacterium lactis* W51, *Bifidobacterium lactis* W52.) und die Präbiotika Inulin und Fructo-Oligosaccharide enthalten. Die Gesamtzahl der Keime in PROBIKEHL® liegt bei 1×10^9 CFU/g Pulver.

Probiotika unterstützen das angeborene und humorale Immunsystem sowie die Darmgesundheit. Bei Infektionen, dem Reizdarmsyndrom sowie bei allergischen Erkrankungen und chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen können sie eingesetzt werden. Darüber hinaus kann PROBIKEHL® die Homöostase der Darmflora und die Barrierefunktion des Darms unterstützen. PROBIKEHL® ist ein veganes Produkt und für Schwangere und Stillende geeignet.

PROBIKEHL® eignet sich als Kur zur Unterstützung der Darmflora mit einer Dosierung von 4 Kps/Tag für Erwachsene. Hierfür bietet die Fa.



SANUM-Kehlbeck nun die neuen Monatspackungen mit 120 Kapseln an.

PROBIKEHL® kann wie folgt dosiert werden: Erwachsene und Kinder über 12 Jahren nehmen täglich 2-4

Kapseln ein. Kinder zwischen 3 und 12 Jahren 1-2 Kapseln täglich. □

(1) H. M. Timmerman et al., 2008, Probiotische Evolution: Vom einfachen Mikroorganismenstamm zum Multi-

Spezies-Konzept, Ernährung & Medizin 2008; 23(2): 73-79

(2) Bezkorovainy A., 2001, Probiotics: determinants of survival and growth in the gut. Am J Clin Nutr.,73(2 Suppl):399S-405S.

Behandlung von Infektionen mit Herpesviren

NEU: GRIFOKEHL® D4 Kapseln und GRIFOKEHL® D5 Tabletten

Bei der Behandlung von Herpes-Viren hat sich der Einsatz von GRIFOKEHL®/GRIFOLA FRONDOSA als Bestandteil der SANUM-Therapie bewährt. Das Arzneimittel wird aus *Grifola frondosa*, auch als Maitake Pilz bezeichnet, hergestellt. Erfahrungsgemäß wird GRIFOKEHL® bei Herpes simplex oder Herpes zoster Virusinfektionen und zur Immunmodulation eingesetzt. Bisher standen dem Therapeuten, je nach dem Beschwerdebild des Patienten, folgende Applikationsformen zur Auswahl:

- GRIFOLA FRONDOSA D4 Salbe (PZN 10811107) zum Auftragen auf die infizierte Haut
- GRIFOLA FRONDOSA D5 Tropfen (PZN 10392998) zur oralen Einnahme oder auch zur Verreibung
- GRIFOLA FRONDOSA D4 Suppositorien (PZN 14058960) für die rektale Anwendung
- GRIFOKEHL® D4 Kapseln (PZN 14336838) zur oralen Einnahme
- GRIFOKEHL® D5 Tabletten (PZN 14336821) zur oralen Einnahme

Die empfohlene Standarddosierung ist sowohl für Kapseln als auch für Tabletten 1-3x 1 täglich.

Bei allen genannten Arzneimittel handelt es sich um Produkte nach der 1000er Regel gemäß §38 des AMG. □

Zusätzlich stehen nun auch folgende Darreichungsformen zur Verfügung: