

Gemeinsam für ein gesundes Leben

Empfohlene Diagnostik und Therapie

Das Mikrobiom kann mittels einer Stuhlprobe in Spezialröhrchen analysiert werden. Liegt tatsächlich eine gestörte Darmflora und gestörte Darmbarriere vor, so wird diese gezielt und individuell mit Präbiotika, Probiotika, sekundären Pflanzenstoffen und einer Ernährungsumstellung behandelt.

Die Mikrobiomdiagnostik und auch die Erstellung eines entsprechenden Behandlungskonzeptes gehören zu den Selbstzahlerleistungen und werden nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) abgerechnet.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne in einem individuellen Gespräch.



Wünschen Sie weitere Informationen oder haben Sie noch Fragen? Sprechen Sie uns an, wir vereinbaren gerne einen persönlichen Beratungstermin.

STATERAmed

PRAXIS FÜR
FUNKTIONELLE MEDIZIN UND ORTHOPÄDIE
Dr. med. R. Bonmann

Chirotherapie, Osteopathische Verfahren,
Akupunktur, Sportmedizin
Mitglied:

Europäische Gesellschaft für Funktionelle Medizin
Ärztegesellschaft für Klinische Metalltoxikologie

Schäferstraße 30 | 59423 Unna
Telefon: 02303 14003
vital@stateramed.de | www.stateramed.de

Stand: August 2024

Eine gesunde Darmfunktion als Schlüssel zur Gesundheit



Chronische Erkrankungen haben unterschiedliche Ursachen. Eine gestörte Darmfunktion ist eine davon. Patienten mit einer gestörten Darmfunktion klagen häufig über Stuhlnunregelmäßigkeiten mit Durchfall oder Verstopfungen, Blähungen, Völlegefühl und Bauchschmerzen. Allerdings kann auch eine unterschwellige Entzündung des Darms bestehen, die zwar keine Verdauungsbeschwerden verursacht, aber trotzdem schwerwiegende Probleme im Körper verursachen kann. In der Fachsprache wird diese Störung „Silent Inflammation“ genannt. Diese Silent Inflammation wird durch eine Fehlbesiedlung mit Bakterien und durch eine gestörte Darmbarriere verursacht.

Bei den folgenden chronischen Erkrankungen können durch eine zielgerichtete Diagnostik und eine entsprechende Therapie deutliche Besserungen der Beschwerden erzielt werden:

- chronische Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen
- Autoimmunerkrankungen wie z.B. rheumatoide Arthritis, Schuppenflechte, Multiple Sklerose
- chronische Darmerkrankungen, wie Reizdarm oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Neurodegenerative Erkrankungen (Morbus Parkinson, beginnende Alzheimer)
- chronische Infektionen
- Schlafstörungen, Erschöpfungszustände, depressive Verstimmungen
- Tumorerkrankungen



Wieso ist Darmgesundheit so wichtig?

Der Darm dient nicht nur der Verdauung und der Ausscheidung, er ist **die Grenzfläche** zwischen Innen und Außen. Mit einer Länge von circa 8 m und einer Fläche von 400 m², ist er eine nach Innen gestülpte Grenzfläche und **das Filtersystem**, welches entscheidet, was in den Körper aufgenommen wird. Im Darm leben ungefähr 100 Billionen Bakterien, damit besteht dieses Ökosystem aus 10 - 100mal mehr Zellen als der menschliche Körper. Die Gesamtheit der winzigen Lebewesen wird „Mikrobiom“, „Darmflora“ oder als „Mikrobiota“ bezeichnet.

In unserem Bauch ist also ganz schön was los! Nahrung wird ganz ohne unser Zutun zersetzt, verwertet und ausgeschieden.

Unser Darm erfüllt aber nicht nur die Aufgabe Nahrung zu verarbeiten, sondern er schützt uns auch gegen Krankheitserreger und Schadstoffe. Deswegen befinden sich 70 - 80 % aller Immunzellen im Darm. Besteht eine zu große Durchlässigkeit in der Darmschleimhaut so wird dies als Leaky Gut bezeichnet. Fehlernährung, Genuss-

und Umweltgifte, Nahrungsmittelzusatzstoffe, chronischer Stress, Dauereinnahme von Medikamenten oder akute Infektionen können so zu einer chronischen Reizung führen. So kommt es zur Silent Inflammation, also einer Dauerbelastung des Immunsystems.

Eine gestörte Darmfunktion wirkt sich also direkt auf die Funktion unseres Immunsystems aus, weswegen bei chronisch entzündlichen Erkrankungen immer auch der Darm mit in Betracht gezogen werden sollte.

Die „stillen“ Signale des Körpers erkennen

Da bei einer Silent Inflammation, Symptome einer klassischen Entzündung fehlen, bleibt die Entzündung lange Zeit unbemerkt und somit auch unbehandelt. Dennoch gibt es erste Anzeichen, die auf eine Silent Inflammation hindeuten können und die nicht selten auftreten, bevor es zu den oben genannten Folgeerkrankung kommt:

- Energielosigkeit
- Müdigkeit
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Schlafstörungen
- wiederkehrende Erkältungen
- wechselnde Schmerzen

Unsere Darmgesundheit wirkt sich also erheblich auf unser körperliches und mentales Wohlbefinden aus.