

Abstract

Die Bedeutung der kurzkettigen Fettsäuren für die Darmgesundheit

In einem gesunden Darm bilden Bakterien aus Ballaststoffen kurzkettige Fettsäuren. Sie ernähren die Darmschleimhaut und stärken damit den Darm als immunologische Barriere. Darüber hinaus haben sie positive Auswirkungen auf den gesamten Organismus, denn sie sind auch Nährstoffquelle anderer Strukturen, z.B. des Gehirns.

Ein Mangel korreliert mit verschiedensten Krankheitsbildern, von Darmerkrankungen bis zu neurologischen Krankheitsbildern. In diesem Webinar schauen wir uns die Rolle der wichtigsten Fettsäuren, ihre Entstehung und Bedeutung für den Organismus an.

