

# Neue Konzepte bei chronisch entzündlichen Darmkrankheiten

Eine der Grundvoraussetzungen für eine gute Gesundheit ist eine gut funktionierende Darmfunktion. Der Darm, oft unterschätzt, hat wichtige regulatorische und entgiftende Funktionen. Zur Aufrechterhaltung einer gesunden Darmflora benötigen wir eine ausgewogene Artenvielfalt an Darmbakterien, die das Milieu im Darm bestimmen. Wenn die Darmbakterien aus dem Gleichgewicht kommen, merken wir dies v.a. an einer übermäßigen Gasproduktion (Blähungen), an einem unregelmäßigen Stuhlverhalten bis hin zu Darmkrämpfen. Die Diagnose lautet dann meist Reizdarmsyndrom.

Im weiteren Verlauf können sich chronisch entzündliche Darmerkrankungen (Morbus Chron & Colitis ulcerosa), Divertikel und Darmkrebs entwickeln. Auslöser einer solchen Fehlbesiedlung sind v.a. Medikamente, übermäßiger Stress und minderwertige Ernährung. Nicht selten kommt es auch zu einer Überwucherung mit Fäulnisbakterien, zu immer wiederkehrenden Harnwegsinfektionen durch E-coli Bakterien, zu Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien. Die Therapie des Reizdarmsyndroms erfolgt immer ganzheitlich. Neben einem funktionell-medizinischen Therapieansatz, muss auch die Ernährung angepasst werden. Der Darm wird vom vegetativen Nervensystem versorgt und ist mit dem emotionalen Bereich des Gehirns eng verknüpft. Er reagiert somit sehr stark auf Stressreize und Umweltfaktoren.

