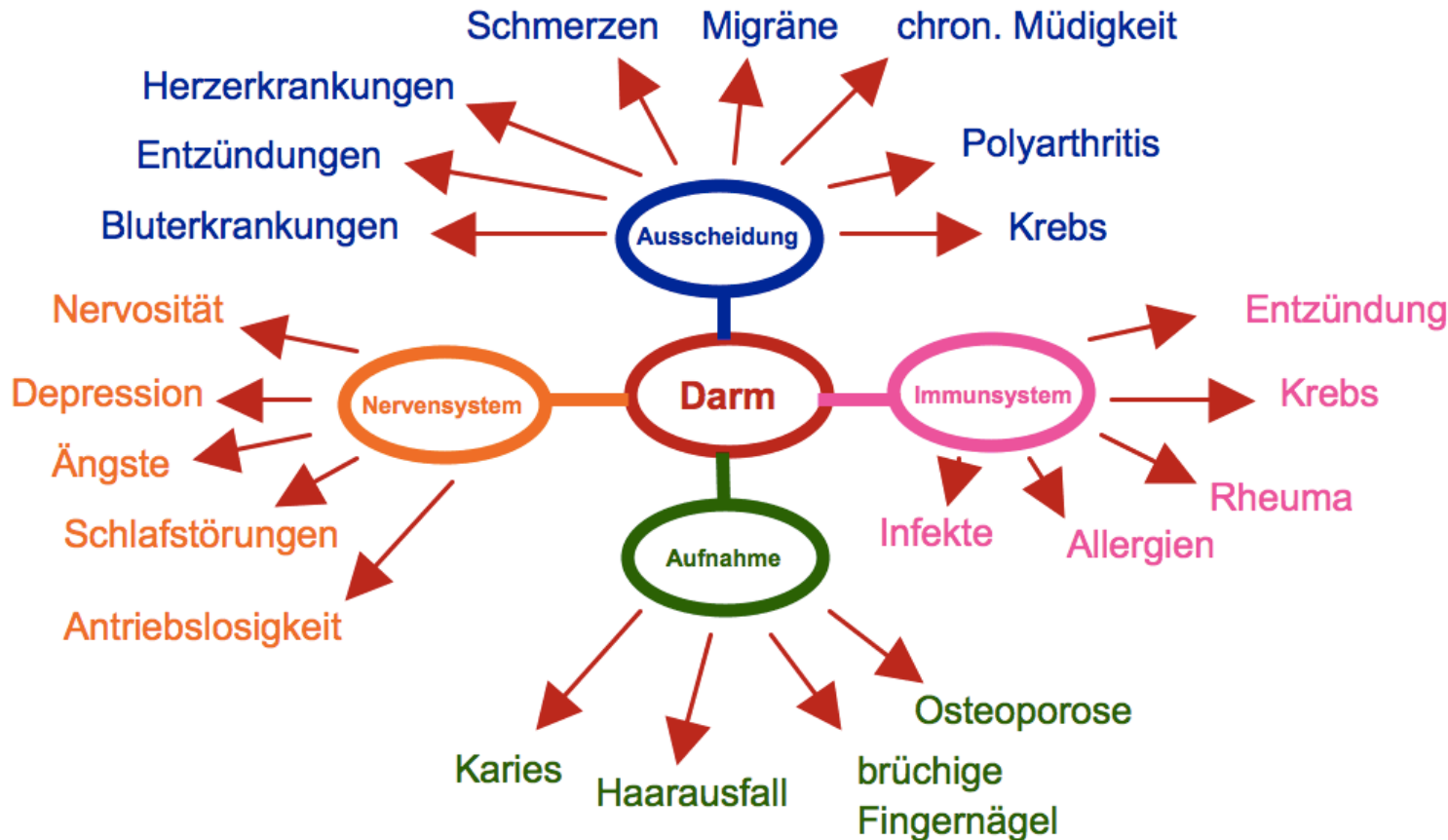


# Da stimmt was nicht im Magen und im Darm

---



**Erwachsenenbildung und Beratung  
im Gesundheitswesen**

---

**Manuel Henzler, MBA**  
Apotheker/Dozent

# Einfluss von Medikamenten auf die Darmflora

aerzteblatt.de

/ Ärzteblatt / cme / Arztstellen / Studieren / English Edition

Home Archiv News Themen DÄ plus Politik Medizin

News > Medizin > Jedes vierte zugelassene Medikament beeinflusst Darmbakterien

Medizin

## Jedes vierte zugelassene Medikament beeinflusst Darmbakterien

Mittwoch, 21. März 2018



Heidelberg – Nicht nur Antibiotika töten Darmbakterien ab. Ein Laborscreening in *Nature* (2018; doi: [10.1038/nature25979](https://doi.org/10.1038/nature25979)) ergab, dass von mehr als 1.000 zugelassenen Wirkstoffen jeder 4. die Zusammensetzung der Darmflora verändert. Die klinische Bedeutung ist noch unklar.

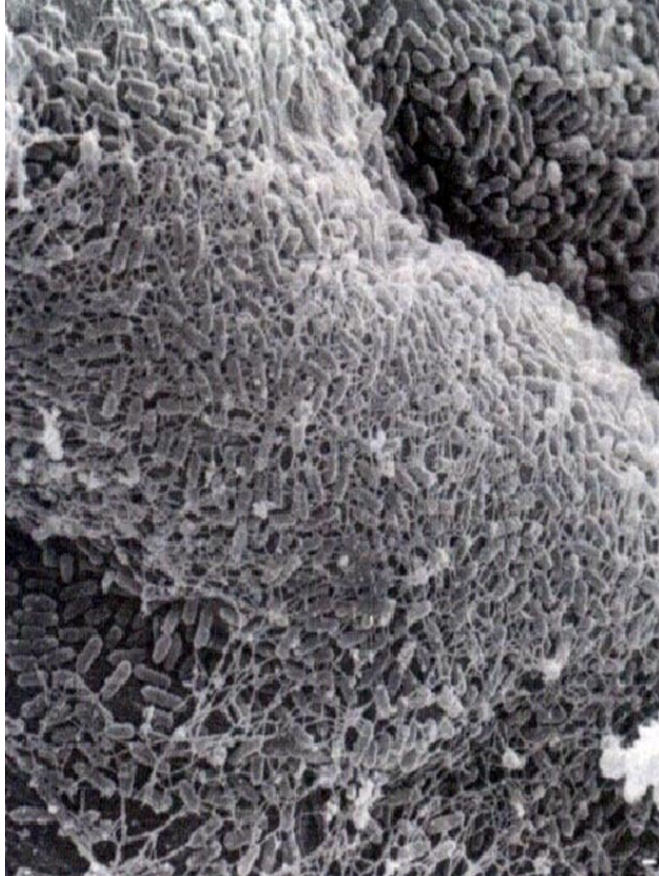
vor allem:

- Antibiotika
- Metformin
- Protonenpumpenhemmer
- Ibuprofen, Diclofenac
- Antipsychotika

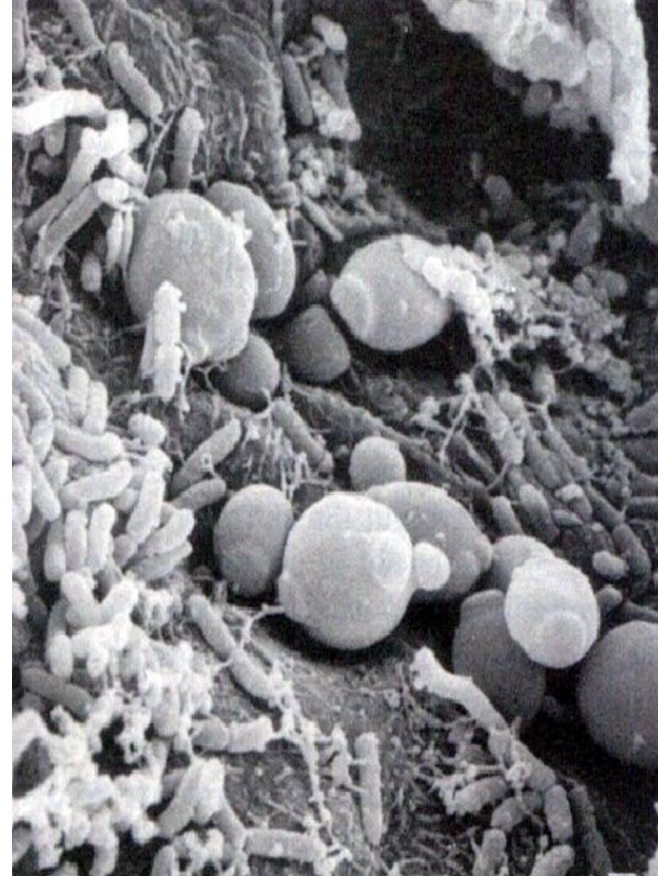
Außerdem:

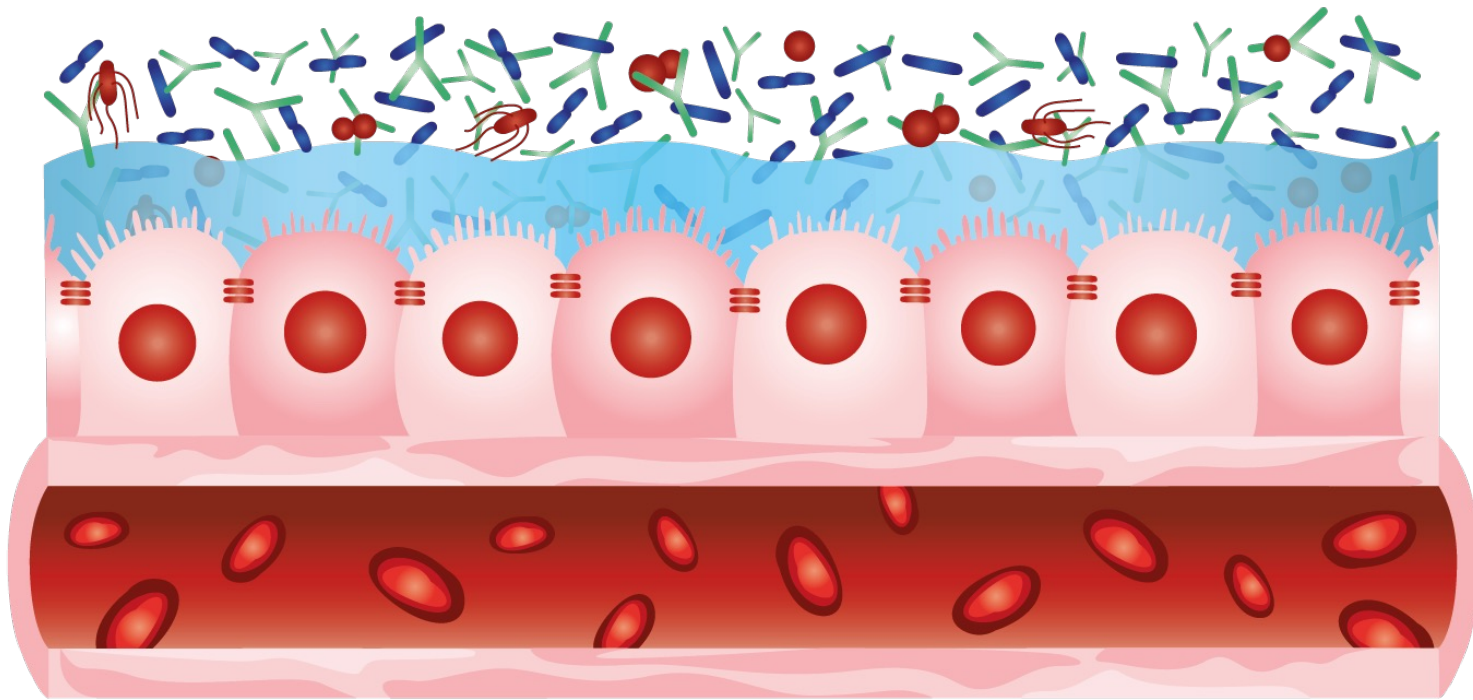
- Stress, Ernährung, Geburtsweg, genetische Veranlagung, Nikotin, etc.

Gesunde Flora



Kranke Flora





Darmflora = mikrobielle Barriere

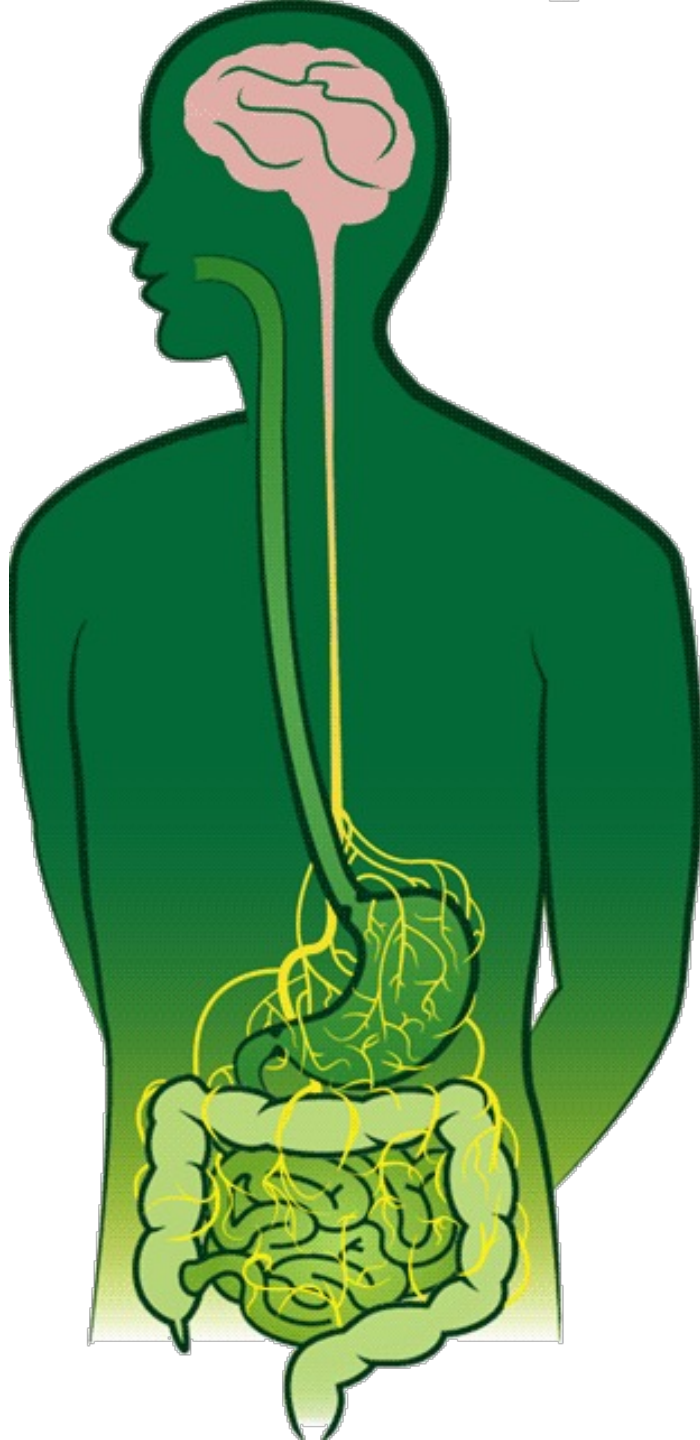
Schleimschicht = physikalische Barriere

Schleimhautzellen = mechanische Barriere

Bindegewebe = immunologische Barriere

# unser Bauchhirn

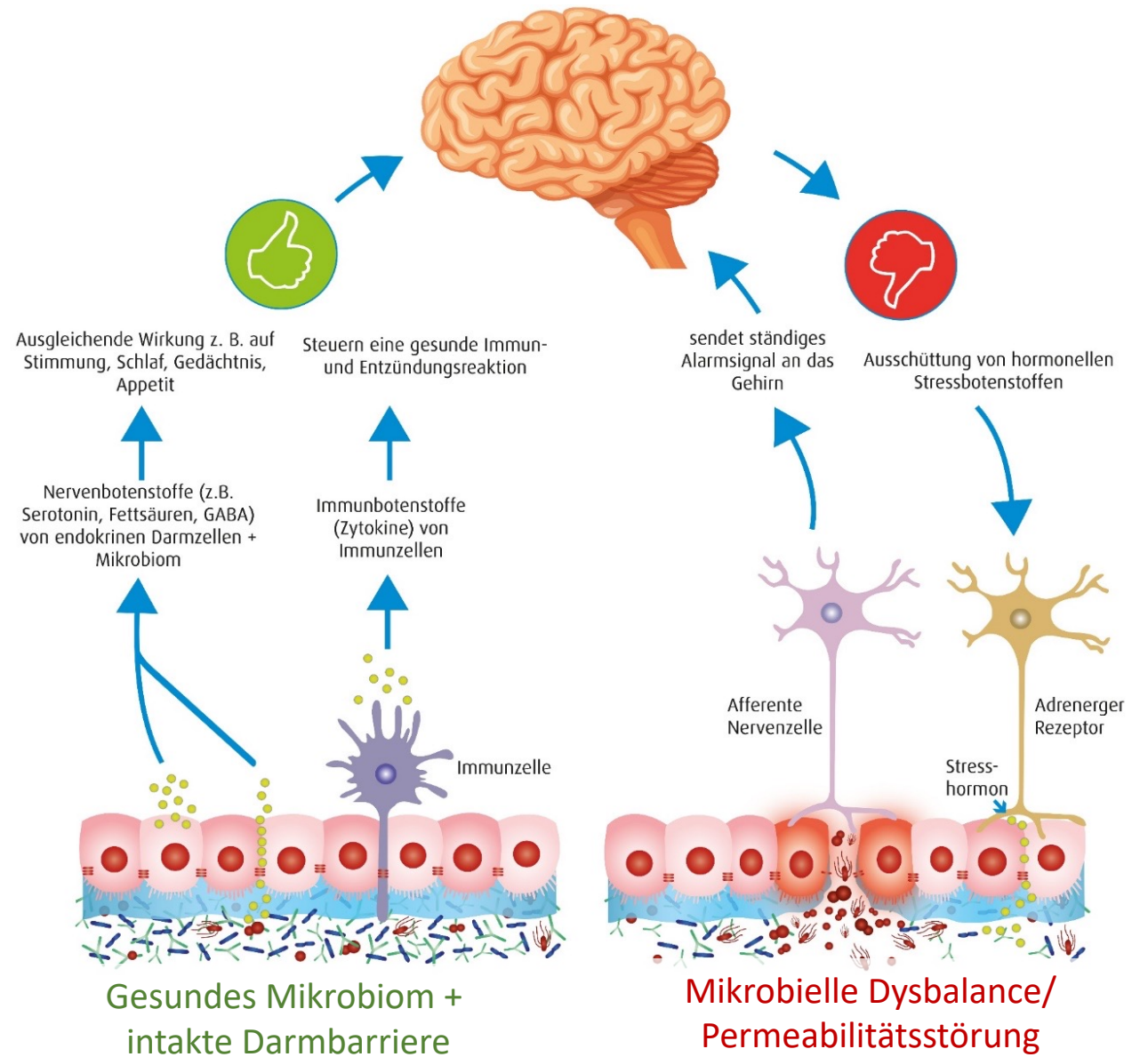
10% der Kommunikation



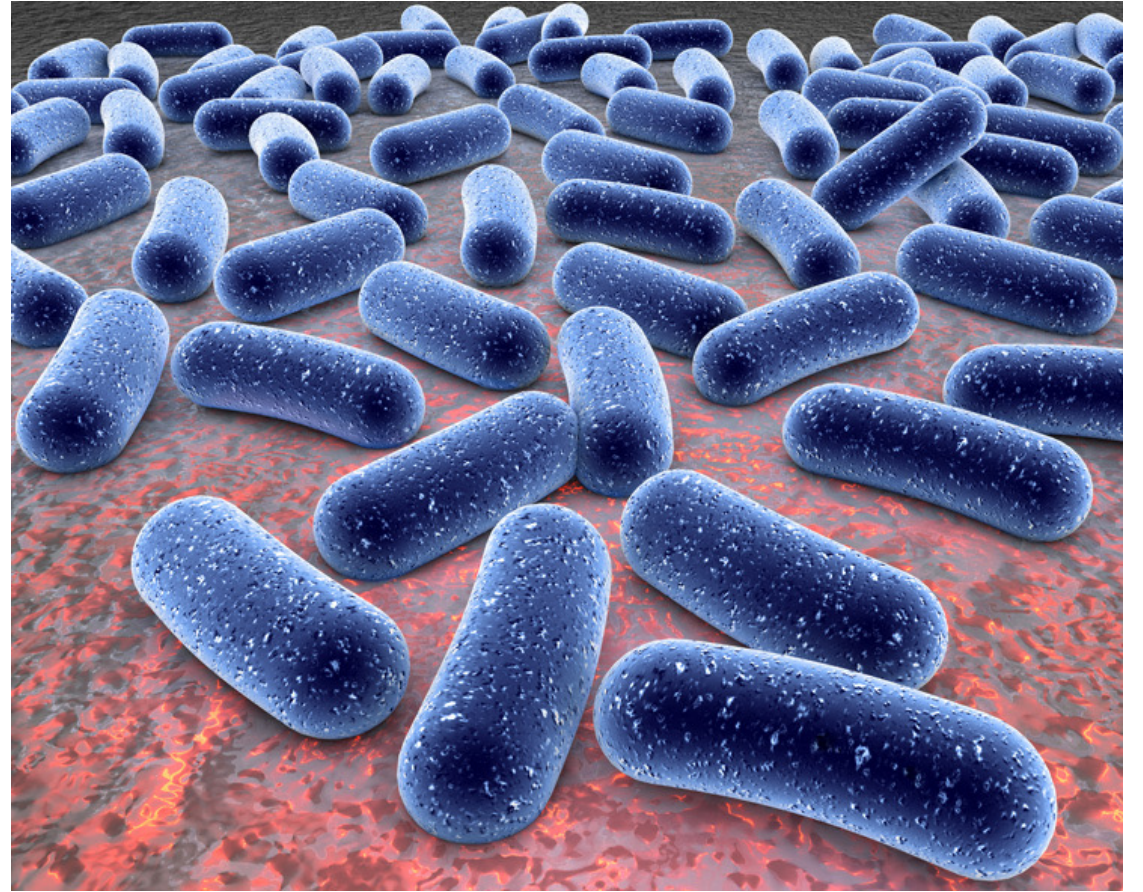
90% der Kommunikation

Darm-Hirn-Achse:

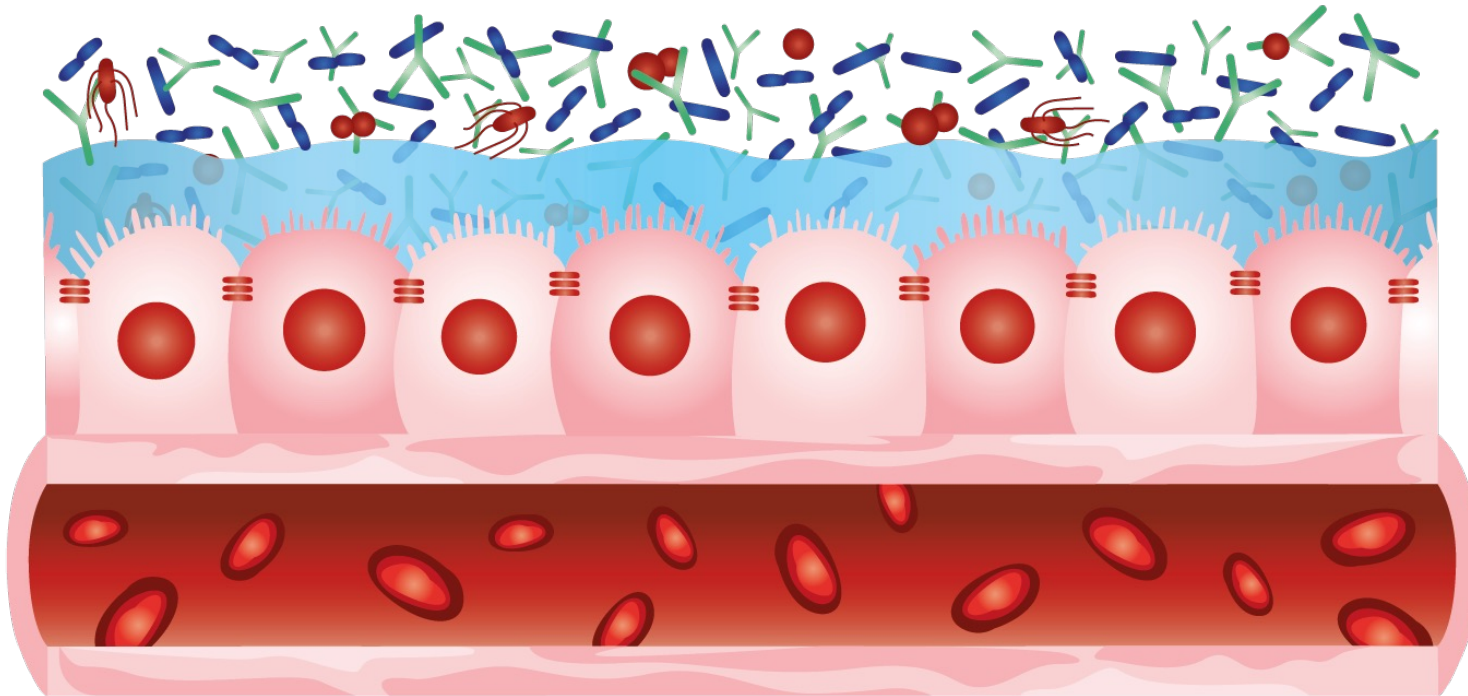
- Im Darm sitzen 100 Mio. Nervenzellen und damit mehr als im Rückenmark







# positive Wirkung von Curcumin auf die Darmflora



Darmflora = mikrobielle Barriere

- Curcumin verschiebt das Verhältnis von Darmbakterien deutlich zugunsten nützlicher Bifidobakterien und Lactobacillen
- Pathogene Stämme werden reduziert
- Vielfalt an Bakterienstämmen nimmt zu

# Klinische Studien

- Gelenk-Entzündungen: Arthritis, Arthrose, Knorpelschäden, Beweglichkeit, Muskelkraft (beste Studienlage!)
- Darmentzündungen, Gallen- und Verdauungsbeschwerden, Darmflora-Aufbau, Reizdarm-Syndrom, Colitis ulcerosa

## **SEIT 2019: in Leitlinien der Behandlung der Colitis ulcerosa**

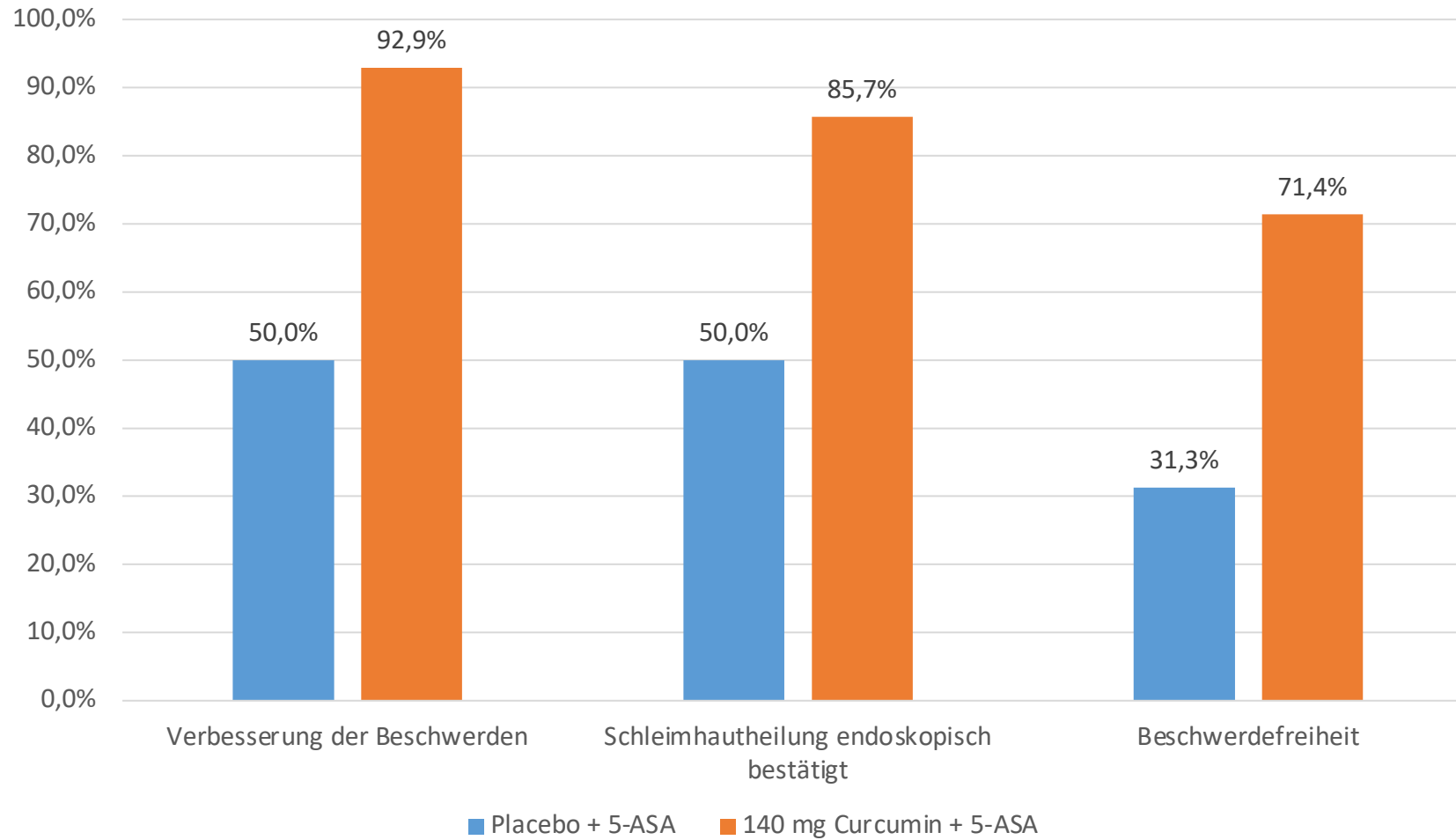
- Augenerkrankungen (altersbedingte Makuladegeneration)
- Diabetes, erhöhte Cholesterinspiegel, Herzinfarkt und Schlaganfall (Vorbeugung)
- Erektionsstörungen
- Krebs (Brustkrebs, Prostatakrebs), Lungenfibrose
- Kognitive Leistung und Gedächtnis, Alzheimer, Angst, Stressempfinden, Erschöpfung
- Entgiftung, Zahnpflege, Psoriasis

WHO: 3g frische oder getrocknete Wurzel zur Behandlung von Verdauungsbeschwerden

In Studien: 1500 mg Curcumin / Tag in 3 Dosen, mit oder ohne Piperin



## Verbesserung der Colitis ulcerosa Symptome unter Curcumin und 5-ASA



# Wirkungen

Entzündungshemmend,  
schmerzlindernd,

- CRP und Zytokinwerte sinken,  
nach mindestens 4 Wochen  
Behandlung

Antioxidativ

- zell- und organprotektive, anti-  
proliferative Wirkung: weniger freie  
Radikale

Blutzucker- und  
Cholesterinsenkend

- unterstützend bei Diabetes



# Kurkuma

3 bis 5 Prozent Curcuminoide, der Großteil davon in Form von Curcumin.



## WIRKSAME INHALTSSTOFFE VON CURCUMA

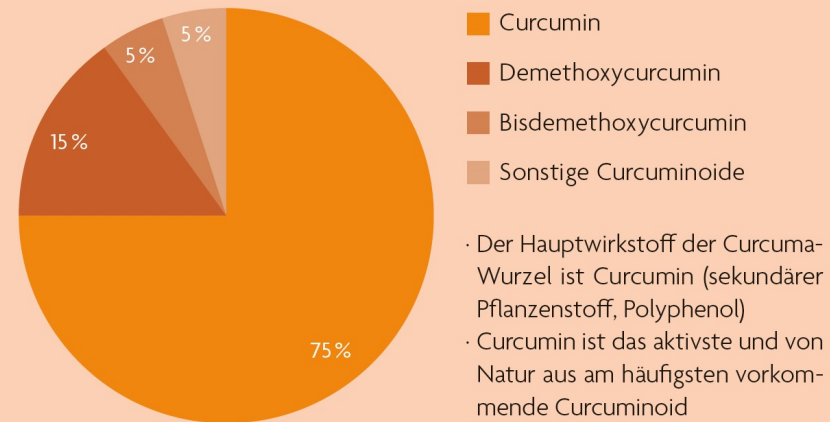


Abb. 1: Prozentuale Verteilung der wichtigsten Curcuminoide

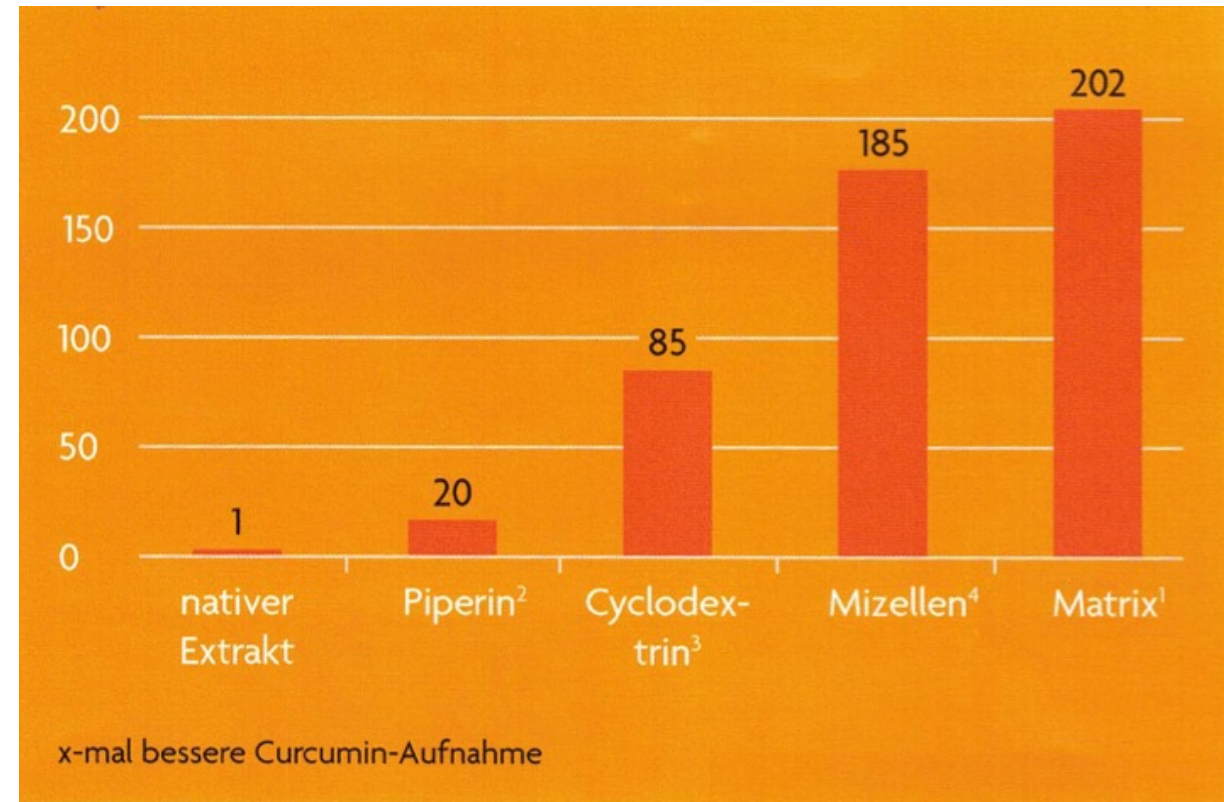
# Curcumin oder Kurkuma?



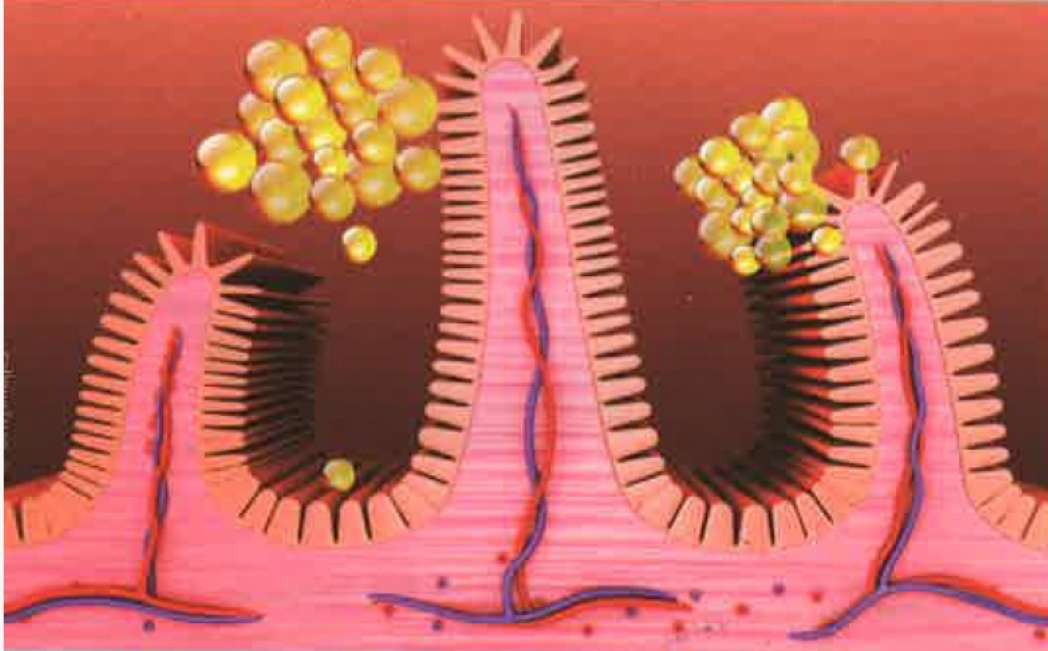
# Liposomen- & Mizell und Matrix -Technologie



Am Beispiel Kurkuma

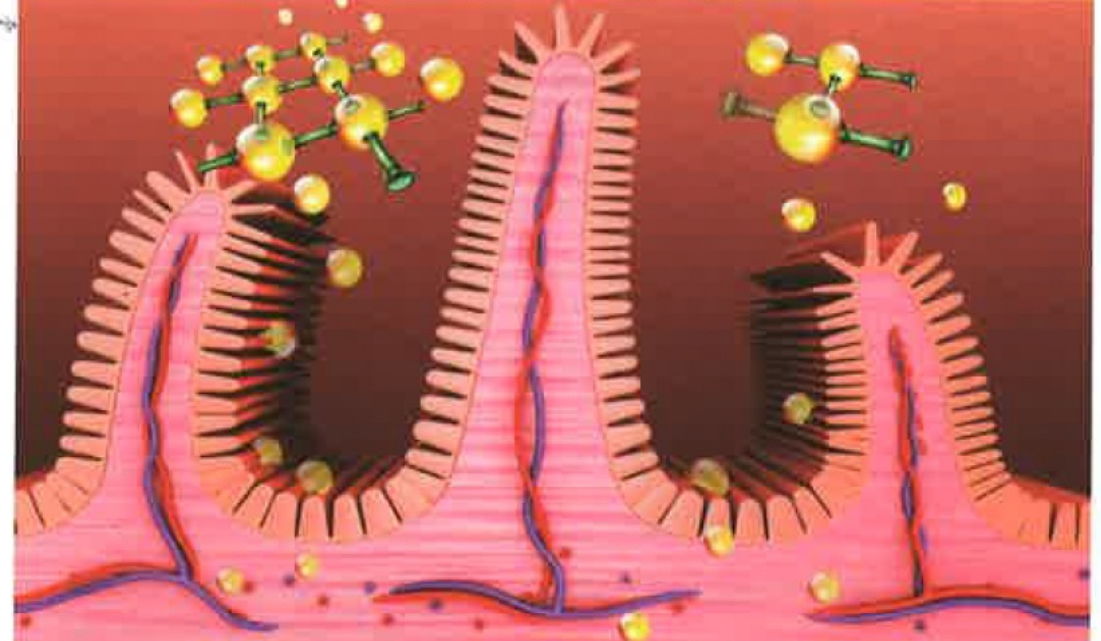


Nativer Curcuma-Extrakt =  
lipophil, schlechte Wasserlöslichkeit



schlechte Curcumin-Resorption

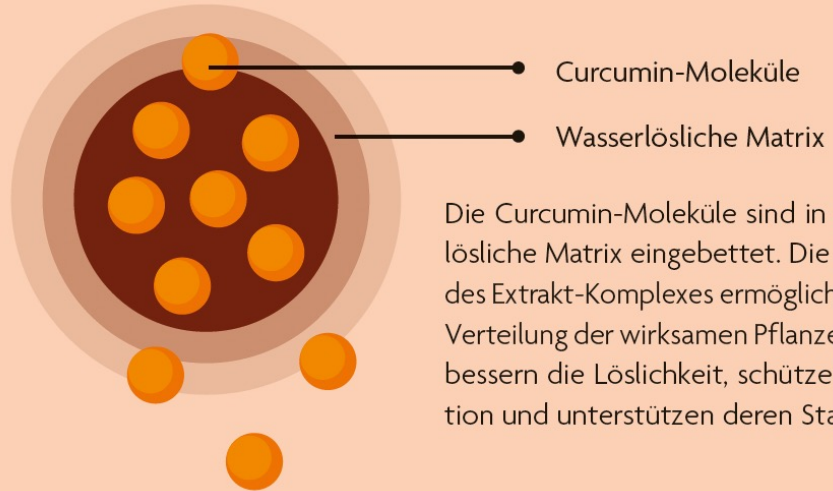
Curcuma-Extrakt-Matrix =  
Curcumin-Moleküle einzeln verteilt in hydrophiler Matrix



höhere Curcumin-Resorption mit Langzeitwirkung

 = Curcumin-Moleküle       = wasserlösliche Matrix

## FUNKTIONSWEISE DES CURCUMA-EXTRAKT-KOMPLEXES



Die Curcumin-Moleküle sind in eine wasserlösliche Matrix eingebettet. Die Bestandteile des Extrakt-Komplexes ermöglichen eine feine Verteilung der wirksamen Pflanzenstoffe, verbessern die Löslichkeit, schützen vor Oxidation und unterstützen deren Stabilität.



# Produktempfehlung Kurkuma



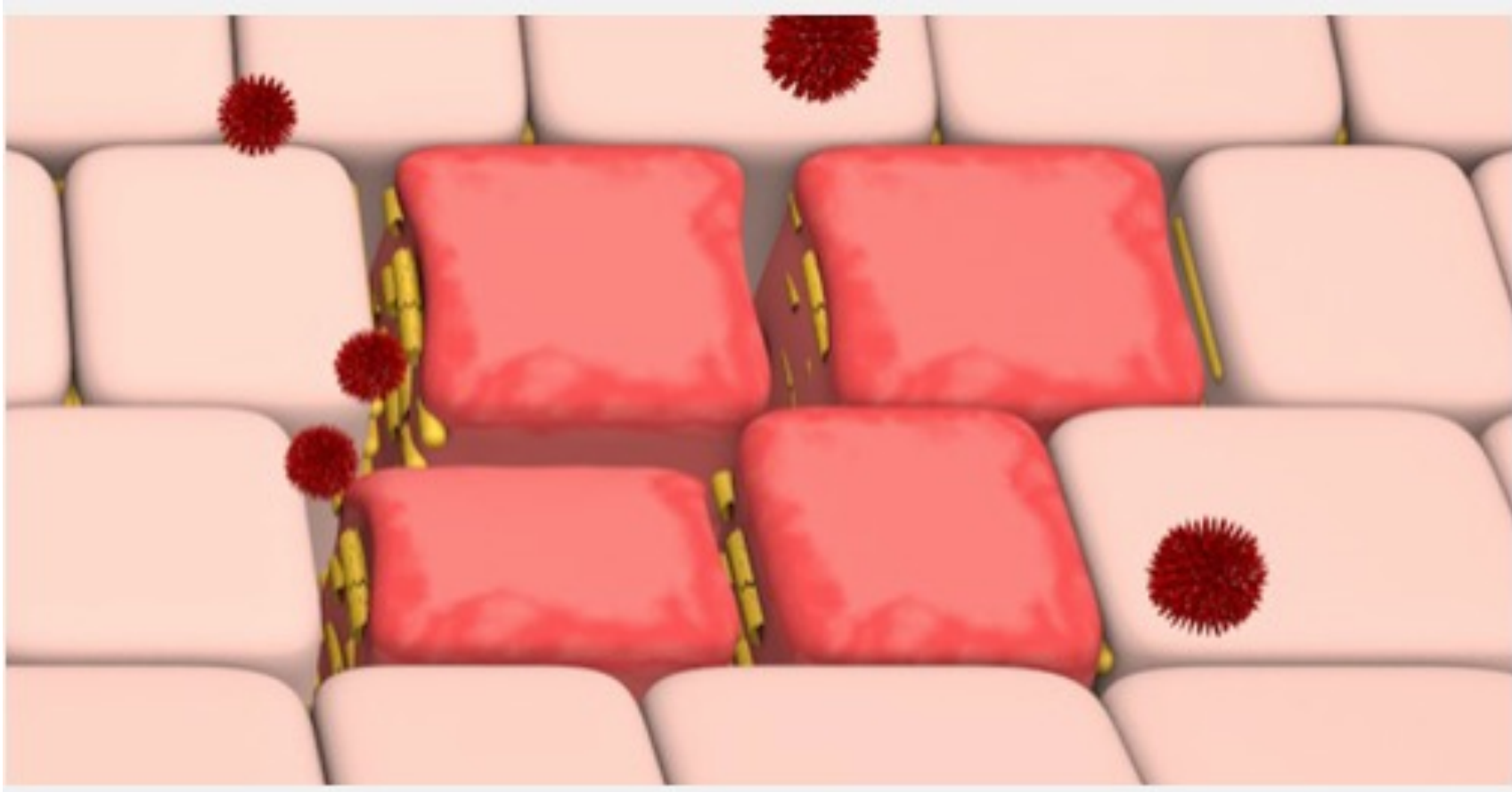
# Melisse

*Mein Duft hilft Dir aus der  
Überreizung der  
Sinneseindrücke, bringt  
Ausgleich und innere  
Zufriedenheit.*

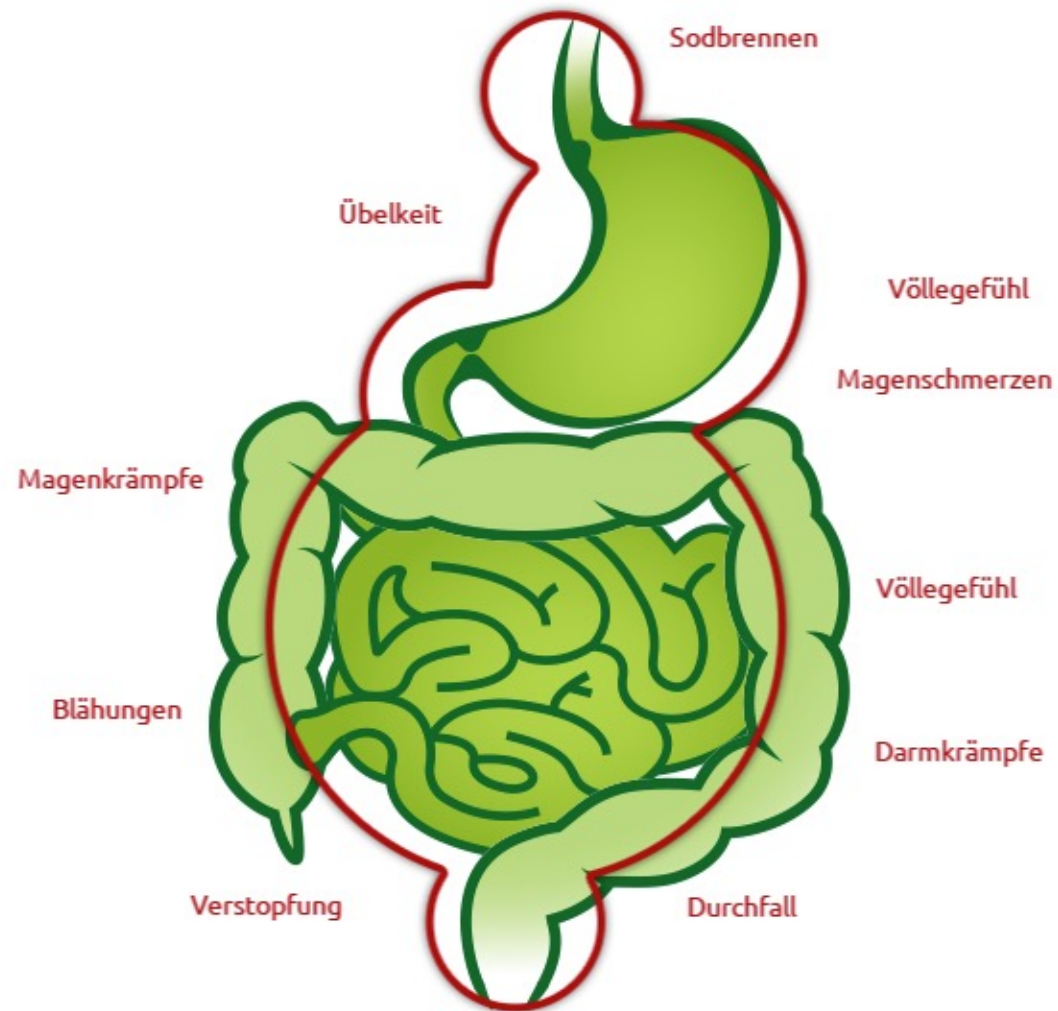


*„Die Melisse hat die Kraft von 15 Kräutern... muntert auf und stärkt das Herz“*

# Reizdarmsyndrom



# Reizmagen und Reizdarm



Bei 30% der Patienten gemeinsam vorliegend

# Melisse



# Inhaltsstoffe der Melisse (*Melissa officinalis*)

Inhaltsstoff	Anteil (%)	Wirkung
Ätherische Öle	40	Beruhigend, antiviral, krampflösend
Gerbstoffe	20	Adstringierend, antimikrobiell
Flavonoide	15	Antioxidativ, entzündungshemmend
Phenol-carbonsäuren	10	Antibakteriell, antioxidativ
Schleimstoffe	10	Reizmildernd, schleimhautschützend
Mineralstoffe & Spurenelemente	5	Stoffwechselunterstützend

Wirkeigenschaften	Indikationen und Anwendungsgebiete	Applikationen
<b>Somatische Wirkung</b>		
Antiviral +++  Stärker: Melissenhydrolat	Herpes labialis und H. genitalis, H. zoster (Hemmung der Virusvermehrung) In-vitro gegen HI-Viren	Auftragen, Bäder
Gefäßregulierend +++	Hypertonie	Trockene Inhalation, Raumspray, Massage, Bäder
Choleretisch ++	Leber- und Galleninsuffizienz, Gallenstau, Gallensteine	Wickel, Bäder
Antiemetisch	Schwangerschaftsübelkeit, Meteorismus	Trockene Inhalation, Raumspray, Massage
Analgetisch Spasmolytisch (Wirkung auf glatte Muskulatur)	Wehenschmerz, Dysmenorrhoe, Magenkrämpfe, Migräne, rheumatische Beschwerden	Massage, Bäder

Wirkeigenschaften	Indikationen und Anwendungsgebiete	Applikationen
<b>Somatische Wirkung</b>		
Hormonähnlich	Amenorrhoe	Auf LWS auftragen, Bäder
Entzündungshemmend, regenerierend	Hautpflege vor Radiatio, Hautulzerationen, Akne	Auf die betroffenen Stellen auftragen, Bäder
<b>Psychische Wirkung</b>		
Sedativ ++	Angstzustände ++, Tachykardie, Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen +++, Nervosität (GABA-Enzymhemmung, verstärkter GABA-Effekt)	Trockene Inhalation, Raumspray, Einreibung, Bäder

Weitere Wirkungen: antiallergisch, insektenabwehrend, mukolytisch, antidepressiv

Vielen Dank für  
Ihre Aufmerk-  
samkeit!

