**Pressemitteilung**

**Wien, 2. Mai 2017**

**1. Wiener Verdauungstag**

**Gesunde Darmbakterien – gesunder Mensch!**

***Die Bedeutung des Mikrobioms, also die Gesamtheit aller Mikroorganismen, die unseren Körper – außen wie innen – besiedeln, gehört gegenwärtig zu den „heißen Themen“ der Forschung. Das Mikrobiom des Darms stellt dabei für die relativ junge Disziplin der Mikrobiomforschung eine Art Superorgan dar, da es mit vielen Körperfunktionen in dynamischer wechselseitiger Verbindung steht. Die Zusammensetzung der Bakterienflora unseres Verdauungstraktes hat damit massiven Einfluss auf unsere Gesundheit. Darmerkrankungen und Erkrankungen der inneren Organe, aber auch Asthma, Allergien und sogar neuropsychologische Erkrankungen werden auf einen Zusammenhang mit einem gestörten Mikrobiom hin untersucht. Auch ob wir übergewichtig werden, scheint vom Mikrobiom beeinflusst zu werden. Am 1. Wiener Verdauungstag am 5. Mai im Wiener Rathaus können sich Interessierte bei freiem Eintritt über dieses sowie viele andere „Verdauungsthemen“ informieren (Infos: www.verdauungstag.at).***

**Der Einfluss von Darmbakterien auf unsere Gesundheit**

„Eine Veränderung der Darmflora, eine so genannte ‚Dysbiose‘, wird mit verschiedenen Gesundheitsproblemen in Zusammenhang gebracht“, so der international renommierte Mikrobiologe Assoc.-Prof. Dr. David Berry, PhD, Abteilung für Mikrobiologie und Ökosystemforschung der Universität Wien, der mit seinem Forschungsteam seit Jahren das Mikrobiom des Darms erforscht.

Unser Verdauungstrakt beinhaltet mehr Bakterien als unser Körper Zellen hat. Allein die rund 100 Billionen Bakterien, die unseren Dickdarm besiedeln, wiegen rund zwei Kilogramm. Diese enorme Menge an Bakterien, die unseren Verdauungstrakt vom Mund bis zum After besiedelt, tritt auf vielfältige Art mit unserem Körper in Wechselwirkung und beeinflusst unsere Gesundheit mit.

Gerät das fein austarierte Gleichgewicht zwischen den hunderten verschiedenen Bakterienarten aus der Balance, drohen zum Beispiel chronische Entzündungen des Darms oder das Reizdarmsyndrom. Eine artenreiche Darmflora scheint hingegen einen guten Schutz zu gewährleisten.

Berry: „Wir kennen zwar noch nicht die genauen Mechanismen, wie das Mikrobiom Einfluss auf die Entstehung von Krankheiten nimmt. Aber wir wissen bereits, dass bestimmte Bakterien einen pro- oder anti-entzündlichen Effekt auf das Immunsystem haben, mit dem Nervensystem in Interaktion treten oder die Hormonproduktion des Körpers beeinflussen können. Daher ist es bestimmt möglich, dass das Mikrobiom auch einen direkten Einfluss auf die Krankheitsanfälligkeit oder die Schwere einer Erkrankung nimmt.“

So weiß man heute, dass Störungen in der Zusammensetzung des Mikrobioms den Körper empfänglicher für Darminfektionen machen. So kann es zum Beispiel zu einer Überwucherung mit krankheitserregenden Bakterienarten wie *Clostridium difficile* kommen, die unter Umständen lebensbedrohende Durchfallerkrankungen verursachen.

Ein verändertes Darmmikrobiom kann auch zur vermehrten Produktion von kurzkettigen Fettsäuren führen. Dies wirkt sich direkt auf den Fett- und Zuckerstoffwechsel und die Entstehung von Entzündungen im Körper aus und begünstigt dadurch das Entstehen von Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes.

Auch Autoimmunerkrankungen wie atopische Dermatitis, Asthma und Allergien und sogar neuropsychologische Erkrankungen wie Demenz, Alzheimer, Parkinson, Depression, Angststörungen und Schizophrenie werden mittlerweile mit einem gestörten Mikrobiom in Zusammenhang gebracht.

**Beeinflussen Darmbakterien auch unser Gewicht?**

Seit Langem wird ein Zusammenhang zwischen Zusammensetzung und Funktion von Darmmikrobiom und Fettstoffwechsel vermutet. Mittlerweile belegen zahlreiche Studien, dass es solche Interaktionen gibt. „Die Forschung hat gezeigt, dass bestimmte Darmbakterien Fettleibigkeit sehr wohl beeinflussen können – sowohl positiv wie negativ. Daher ist es wahrscheinlich, dass die Zusammensetzung des Mikrobioms, natürlich gemeinsam mit Ernährung und Bewegung, das Gewicht beeinflussen kann“, erklärt Berry, und weiter: „Verschiedene Untersuchungen haben ergeben, dass das Mikrobiom von übergewichtigen Menschen auch tatsächlich anders zusammengesetzt ist als bei normalgewichtigen – was allerdings großteils auf die Ernährung zurückgeführt wird.“

Veränderungen der Darmflora können also einerseits Konsequenz des Übergewichts sein und umgekehrt auch maßgeblich an der Regulation der Gewichtszunahme beteiligt sein. Grundsätzlich scheint es so zu sein, dass nicht unbedingt Änderungen von einzelnen Bakterienarten, sondern eher ein Verschieben der Verhältnisse von Bakterienstämmen zueinander mit krankhaften Veränderungen einhergeht. Ein weiteres bemerkenswertes Forschungsergebnis: Mäuse, die mit dem Stuhl von fettleibigen Menschen gefüttert werden, werden selbst „fett“.

Obwohl das Mikrobiom im Darm also durchaus das Potenzial hätte, das Körpergewicht mitzuregulieren, sind „Bakterien zum Abnehmen“ oder eine Ernährung, die für das Abnehmen förderliche Bakterienarten begünstigt, weiterhin Zukunftsmusik. Berry dazu: „Soweit ich weiß, gibt es noch kein Beispiel für ein Präbiotikum, welches das Wachstum einer Bakterienart fördert, die den Gewichtsverlust unterstützen könnte.“

Erst wenn die genauen Zusammenhänge zwischen Darmmikrobiom, Fettstoffwechsel und Immunsystem geklärt sind, können „Mikrobiom-Therapien“ zusätzliche Möglichkeiten in der Behandlung vieler Erkrankungen und Funktionsstörungen – von Adipositas bis hin zur Schizophrenie – bieten.

**Darm-Mikrobiom ist Thema am 1. Wiener Verdauungstag**

Wie das Mikrobiom des Darms mit der Entstehung einer Fettleber und Übergewicht zusammenhängt, erfahren Interessierte auch am 1. Wiener Verdauungstag am 5. Mai im Festsaal des Wiener Rathauses (beim Publikumsvortrag von Mag.a Veronika Macek-Strokosch um 15.00 Uhr).

Namhafte medizinische Experten beantworten im Rahmen dieses Info-Tages Fragen rund um das Thema Verdauung. In der Zeit von 10.00 bis 18.00 Uhr findet ein Vortragsprogramm statt: Erkrankungen von Speiseröhre, Magen, Darm, Leber, Gallenblase und Bauchspeicheldrüse, wie Reflux, Gastritis und Fettleber werden ebenso Thema sein wie Übergewicht und das Reizdarmsyndrom, der Zusammenhang zwischen Psyche und Verdauung, die Wirkung sekundärer Pflanzeninhaltsstoffe, Tibetische Medizin, Traditionelle Chinesische Medizin, Kneippmedizin und Ayurveda.

Durch den Tag führt ORF-Wetter-Expertin Dr.in Christa Kummer. Fragestunden mit Experten, Info-Stände und Ernährungsberatung runden das Programm ab und machen den 1. Wiener Verdauungstag, der unter der Schirmherrschaft der Österreichischen Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie (ÖGGH) steht und von Springer Medizin veranstaltet wird, für alle Interessierten zu einer spannenden Möglichkeit, sich umfassend über das Thema Verdauung und Verdauungsprobleme zu informieren. Der Eintritt ist frei!

**\*** *Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im Text auf eine gendergerechte Schreibweise verzichtet. Alle Bezeichnungen gelten sowohl für Frauen als auch für Männer.*

Weitere Informationen sind unter [www.verdauungstag.at](http://www.verdauungstag.at) zu finden.

Rückfragen Presse

**Urban & Schenk medical media consulting**

Barbara Urban: 0664/41 69 4 59, [barbara.urban@medical-media-consulting.at](mailto:barbara.urban@medical-media-consulting.at)

Mag. Harald Schenk: 0664/160 75 99, [harald.schenk@medical-media-consulting.at](mailto:harald.schenk@medical-media-consulting.at)