Die Darm-Hirn-Achse: Zentrum unseres Wohlbefindens

Studie belegt: Synbiotikum OMNi-BiOTiC® STRESS Repair des Institut Allergosan reduziert stressbedingte Darmentzündungen und verbessert den Crosstalk zwischen Darm und Gehirn

(Mynewsdesk) Vielen bekannt und dennoch stark unterschätzt: Darm und Hirn stehen miteinander in ständigem Kontakt und beeinflussen unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden in vielerlei Hinsicht. Diese Verbindung ? die als Darm-Hirn-Achse bekannt ist ? entscheidet beispielsweise, ob wir Stress gut verarbeiten können. Bringt Stress unseren Darm aus der Ruhe, können Entzündungen an den Darmwänden entstehen. Zur Wiederherstellung des Gleichgewichts ist insbesondere eine gesunde Bakterienwelt in unserem Darm ausschlaggebend. Die gute Nachricht: Aktuelle Studien haben belegt, dass die entzündungshemmenden Bakterienstämme des Synbiotikums OMNi-BiOTiC® STRESS Repair unsere Darmflora wieder ins Gleichgewicht bringen und sich positiv auf Körper und Psyche auswirken.

Wunderwerk Darm: Er nimmt mit seinen zahlreichen Ausstülpungen und Falten eine 100mal größere Fläche als unsere Haut ein, beherbergt 80% unseres Immunsystems und besitzt 100 Millionen Nervenzellen ? mehr als das Rückenmark. Dieses hochkomplexe Nervensystem gleicht in Anatomie und Funktionsweise dem Gehirn und wird in der Wissenschaft daher als eine Art zweites Geirn bezeichnet. Inzwischen ist wissenschaftlich belegt, dass Kopf und Bauch eng miteinander kommunizieren. Was viele überrascht: 90% der Informationen werden von unserem Darm an das Gehirn geschickt. Das kann z.B. auftretende Übelkeit nach einem verdorbenen Essen, die Ausbreitung von Krankheitserregern oder eine rebellierende Verdauung sein.

Stress und Ärger können zu einem Reizdarm führen

Der Faktor Stress wird besonders häufig zwischen Darm und Kopf hin und her gefunkt. Wenn wir gestresst sind, leiht sich der Kopf vom Darm Energie, um seine Aufgaben bewältigen zu können. Der Darm spart im Gegenzug Energie beim Verdauen ein und fährt seine Durchblutung herunter. Doch wenn der Darm ständigem Stress ausgesetzt ist und dauerhaft auf Sparflamme arbeiten muss, kann das zu Funktionsstörungen wie dem Reizdarm-Syndrom führen. Er reagiert mit Verstopfung, Durchfall, Krämpfen oder Blähungen ? die Darmwände und das Immunsystem werden geschwächt. In der Folge entstehen Entzündungen an unseren Darmwänden, die sich nicht nur negativ auf unseren Körper, sondern auch auf unsere Psyche auswirken können

Die beste Stresstherapie: ein ausgeglichener Darm

Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass die beste Therapie gegen Stress ein funktionierender Darm ist. Ob wir Stress gut verarbeiten können oder ob er uns krank macht, entscheidet demnach der direkte Draht zwischen Kopf und Bauch. Die Erkenntnis, dass diese Verbindung stark von unseren Darmbakterien beeinflusst wird, verdankt man den Forschungen einer neuen medizinischen Sub-Disziplin ? der Neuro-Gastroenterologie ? die sich mit den Verbindungen zwischen Darm und Gehirn und vor allem mit deren Wechselwirkungen beschäftigt. Die Forschung zeigt, dass der Zustand der Darmbakterien einen wesentlichen Einfluss auf Befindlichkeit und Stimmung hat. Doch was kann man tun, wenn die Darmflora einmal geschwächt ist? Dann helfen speziell ausgewählte probiotische Darmkulturen dabei, unseren Darm wieder zu entstressen.

Probiotische Darmkulturen ? damit der Darm die Nerven behält

Neue wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt: Die Einnahme entzündungshemmender Bakterienstämme unterstützt den Darm dabei, stressbedingte Störungen wieder in den Griff zu bekommen. Speziell für diese Beschwerden hat das Institut Allergosan das Synbiotikum OMNi-BiOTiC® Stress Repair entwickelt. Darmschleimhäute, welche durch lang anhaltenden Stress und psychische Belastungen entzündlich verändert sind, können mit diesem diätetischen Lebensmittel sinnvoll behandelt werden. Die Barrierefunktion gegen schädliche Keime und Allergene in unserem Darm wird aufgebaut und die wichtigen Hormone Serotonin und Melatonin können in ausreichender Menge produziert werden. Das wieder hergestellte Gleichgewicht im Darm wirkt sich demnach nicht nur auf unsere Verdauung, sondern auch auf unsere Emotionen, Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis aus!

Wissenschaftiche Studien mit OMNi-BiOTiC® STRESS Repair

Die Wirkung von OMNi-BiOTiC® Stress Repair wurde in verschiedenen Studien wissenschaftlich bestätigt. Diese schlossen verschiedene Krankheitsbilder und Funktionsstörungen unseres Darms ein, u.a. Patienten mit Colitis ulcerosa und schwerwiegender Pouchitis oder übergewichtige Menschen mit entzündeten Darmwänden.

Studienauswahl

? Persborn M et al. The effects of probiotics on barrier function and mucosal pouch microbiota in patients with ulcerative colitis. Aliment Pharmacol Ther 2013;38:772?783
? van Hemert S et al. Clinical studies evaluating effects of probiotics on parameters of intestinal barrier function. Advances in Microbiology 2013;3: 212?221
? Lutgendorff F et al. Role of mast cells and PPAR?: Effects of probiotics on chronic stress-induced intestinal permeability in rats. In Defending the Barrier (Utrecht University, thesis) 2009;243?271
? Lutgendorff F et al. Probiotics modulate mast cell degranulation and reduce stress-induced barrier dysfunction in vitro. In Defending the Barrier (Utrecht University, thesis) 2009;273?307

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
http://shortpr.com/77n0f5

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
http://www.themenportal.de/gesundheit/die-darm-hirn-achse-zentrum-unseres-wohlbefindens-40982

Pressekontakt

BSKOM GmbH

Herr Florian Fagner
Herzogspitalstraße 5
80331 München

fagner@bskom.de

Firmenkontakt

BSKOM GmbH

Herr Florian Fagner
Herzogspitalstraße 5
80331 München

bskom.de
fagner@bskom.de

Das Institut Allergosan wurde im Jahr 1991 in Österreich gegründet und wird von Frau Mag. Anita Frauwallner geleitet. Es beschäftigt sich mit der Erforschung und Entwicklung von Produkten aus natürlichen Substanzen wie probiotischen Bakterien, Pflanzenextrakten und Mineralstoffen. Alle Produkte unterliegen strengsten, international definierten Qualitätskriterien und entsprechen höchsten Anforderungen. Das Institut arbeitet seit mehr als 20 Jahren mit weltweit anerkannten Medizinern und Wissenschaftlern aus den Bereichen Biologie, Pharmazie und Biochemie zum Thema Darmgesundheit und kann auf eine hervorragende Studienlage verweisen.

Weitere Informationen zum Institut Allergosan finden Sie unter www.allergosan.at