



79% der Deutschen leiden unter Darmbeschwerden mit starken Auswirkungen auf Psyche und Wohlbefinden

Aktuelle DePROM-Studie zeigt: Hochkonzentrierte Probiotika aus der Apotheke lindern Beschwerden weitaus besser als andere probiotische Produkte

(Mynewsdesk) Lautzenbrücken / Berlin ? Wie halten es die Deutschen mit ihrer Darmgesundheit? Diesem spannenden Thema ist die Deutsche Gesellschaft für Probiotische Medizin (DePROM) in einer aktuellen Studie* auf den Grund gegangen. Mit alarmierenden Ergebnissen: 79% der Deutschen leiden unter Verdauungsproblemen, bei 47% treten diese stressbedingt auf. Dabei beeinflussen die Darmbeschwerden unser gesamtes Wohlbefinden: 80% der Betroffenen fühlen sich aufgrund der Beschwerden müde und antriebslos, 76% sind schlechter gelaunt und 68% weniger belastbar. Trotzdem spricht nur jeder Zehnte mit Familie oder Freunden öfters darüber. Zudem wurden im Rahmen der Studie die Erfahrungen mit Probiotika untersucht. Das Ergebnis: Viele der Befragten vertrauen auf hochkonzentrierte Probiotika aus der Apotheke ? 27% gaben an, dass die Verdauungsbeschwerden damit in hohem Maße gelindert wurden ? im Gegensatz zu Probiotika aus dem Supermarkt (7%) und probiotischen Milchprodukten (11%).

Hormonfabrik, Nahrungsverwerter und Energiebereitsteller: Das sind nur einige der vielfältigen Aufgaben, die unser Verdauungstrakt jeden Tag aufs Neue erfüllt. Doch was wissen die Deutschen über ihren Darm und wie er Wohlbefinden und Gesundheit beeinflusst? In einer aktuellen Studie ist die Deutsche Gesellschaft für Probiotische Medizin (DePROM) diesen Fragen nachgegangen und hat untersucht, wie die Deutschen mit dem Thema Darmgesundheit umgehen und welche Erfahrungen sie mit Probiotika bei Verdauungsproblemen gemacht haben.

Die wichtigsten Fakten auf einen Blick:

? 79% der Deutschen leiden an Magen-Darm-Beschwerden, bei 55% der Frauen und 39% der Männer treten diese stressbedingt auf.

? Bei den meisten Betroffenen wirken sich Verdauungsprobleme auf das gesamte Wohlbefinden aus: 80% fühlen sich aufgrund der Beschwerden müde und antriebslos, 76% sind schlechter gelaunt und 68% weniger belastbar.

? Dass der Darm eine essenzielle Rolle für unsere Gesundheit spielt, darin ist sich auch die Mehrheit der Deutschen einig: 96% der Befragten stimmten der Aussage ?Die Gesundheit liegt im Darm? zu, und 86% wissen, dass Bakterien nicht automatisch ?schlecht? sind.

? Trotzdem werden Verdauungsprobleme bis heute wenig ernst genommen. Bei 55% der Befragten lautet bei Magen-Darm-Beschwerden das Credo: ?Abwarten und Tee trinken?. Nur 24% lassen sich von einem Arzt untersuchen und 16% von einem Apotheker beraten.

? Auch innerhalb des Freundes- und Familienkreises ist Darmgesundheit noch ein Tabuthema: Nur jeder Zehnte (11%) der Deutschen spricht öfters über Verdauungsprobleme, 89% leiden still!

? Welche umfassende Rolle der Darm in unserem Organismus einnimmt, ist wenig bekannt: Nur 58% der Befragten sind sich darüber bewusst, dass ein Großteil unseres Immunsystems im Darm verankert ist. Auch weiß nur jeder Dritte, dass Ärger im Darm sehr rasch zu anderen Beschwerden wie Migräne, Depressionen oder Blasenentzündungen führen kann ? und das, obwohl 52% der Befragten bei Verdauungsproblemen unter Kopfschmerzen oder Migräne leiden.

? Hochkonzentrierte Probiotika aus der Apotheke schneiden bei Darmproblemen am besten ab: 27% der Personen, die probiotische Bakterien zu sich nehmen, geben an, dass ihre Beschwerden in hohem Maße gelindert wurden ? im Gegensatz zu Probiotika aus dem Supermarkt (7%) und probiotischen Milchprodukten (11%).

? Über die therapeutischen Möglichkeiten probiotischer Bakterien ist generell noch wenig bekannt: Nur jeder Zehnte weiß, dass es speziell entwickelte Probiotika bei Migräne oder Jucken und Brennen in der Scheide gibt.

? Die ärztliche Aufklärung ist immer noch mangelhaft: Nur 17% wurde schon einmal vom Arzt ein Probiotikum zum Aufbau der Darmflora nach Antibiotikaeinnahme empfohlen.

? Wer Probiotika aber einmal ausprobiert hat, greift verstärkt wieder darauf zurück: Gut jeder Vierte (28%) der Personen, die probiotische Bakterien zum Aufbau der Darmflora eingenommen haben, nehmen diese bei Verdauungsbeschwerden wieder zu sich.

?Für mich ist eine zentrale Erkenntnis der Studie: Auch wenn die meisten Deutschen mit Verdauungsproblemen zu kämpfen haben und viele bemerken, dass sich die Beschwerden stark auf das Wohlbefinden auswirken, wird das Thema bis heute nicht ernst genug genommen. Bei anderen Beschwerden ist es selbstverständlich, sich von einem Arzt oder Apotheker Rat zu holen. Das Thema Darmgesundheit hingegen wird bis heute immer noch stiefmütterlich behandelt?, sagt Prof. Dr. med. Stefan Schreiber, einer der renommiertesten Gastroenterologen Deutschlands und Präsident der DePROM. ?Auch wenn die Rolle des Darms für unsere Gesundheit immer mehr thematisiert wird: Es bedarf weiterer Aufklärung und eines offenen Umgangs mit dem Thema.?

* Für die Studie ?Darmgesundheit in Deutschland? hat das internationale Marktforschungsinstitut Research Now im Juni 2017 1.000 Deutsche im Alter von 18 bis 70 Jahren online befragt.

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/3ms67a>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/gesundheit/79-der-deutschen-leiden-unter-darmbeschwerden-mit-starken-auswirkungen-auf-psyche-und-wohlbefinden-42288>

Pressekontakt

BSKOM GmbH

Herr Florian Fagner

Herzogspitalstraße 5
80331 München

fagner@bskom.de

Firmenkontakt

BSKOM GmbH

Herr Florian Fagner
Herzogspitalstraße 5
80331 München

shortpr.com/3ms67a
fagner@bskom.de

Die Deutsche Gesellschaft für Probiotische Medizin ist ein im Jahr 2011 gegründeter gemeinnütziger Verein zur Förderung von Wissenschaft, Forschung, des öffentlichen Gesundheitswesens und der Gesundheitspflege. Konkret verschreibt sich die DePROM der Förderung der wissenschaftlichen Erforschung des humanen Mikrobioms und seiner Bakterienvielfalt.

Weitere Informationen zur DePROM finden Sie unter www.deprom.de.