

# Heimliche Dickmacher im Darm ?!

Neueste Untersuchungen internationaler Mikrobiologen geben allen bisherigen Konzepten über die Entstehung der Fettleibigkeit eine revolutionäre Wendung. Inzwischen konnte gezeigt werden, dass die zahlreichen Mitbewohner in unserem Darm offenbar eine Rolle bei der Entstehung unseres Körpergewichtes spielen. Die Gene der Mikroorganismen übernehmen dabei Aufgaben, die im Genom des Menschen nicht verankert sind. Dazu gehört unter anderem der Abbau von Nahrungsbestandteilen, die wir selbst nicht verdauen können und deshalb als Ballaststoffe kennen.

Mit Hilfe der Gene ihrer Darmbakterien können Menschen nun auch mit diesen an sich unverdaulichen Nahrungsbestandteilen etwas anfangen. Sie gewinnen Fett und Zucker daraus. Im Darm fettleibiger Menschen sind die sogenannten Firmicutes in der Überzahl. Der Anteil der guten Darmbakterien, der Bacteroidetes und Bifidobakterien, war in Studien bei den übergewichtigen Menschen um die Hälfte reduziert. Im Tierversuch wurde dünnen Mäusen die stark firmicuteshaltige Darmflora dicker Mäuse transplantiert. Innerhalb von 14 Tagen waren die Mäuse so dick wie ein „dicker Goldhamster“.

Die Floraverschiebung von Bacteroidetes und Bifidobakterien zu Firmicutes wird nicht selten durch eine hormonelle Fehlsteuerung (Progesteron und Cortisol) verursacht. Auch Dauerstress spielt eine wichtige auslösende Rolle. Therapeutisch gezielte antagonistische Probiotikagaben können eine sinnvolle Ergänzung in der Therapie der Adipositas darstellen.

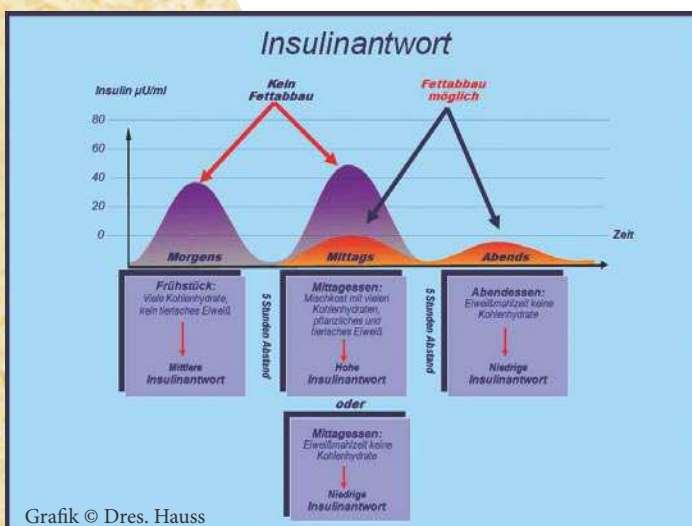
Die Kombination mit Heilkräuter-Rotweinessig *Herbacetum*®, der das Vermehrungspotential der Firmicutes herabsetzt, kann so zu einer deutlichen Gewichtsreduktion führen.

Denn Heilpflanzenessig wirkt hemmend auf die aus komplexen Kohlenhydraten Fett machende Pyruvat-Formatelyase und bakteriostatisch gegen *Staph. Aureus* (antagonistische Wirkung gegen Firmicuten). Auch stimuliert Heilpflanzenessig mittels Verstärkung der Coenzym-A-Biosynthese die Fettverbrennung.

Die oft getätigte Aussage „Essig macht lustig“ lässt sich jetzt außerdem biochemisch belegen. Denn der Heilpflanzenessig aktiviert die bei der Adipositas durch Makrophagen und Firmicuten blockierte Indolin-2,3-Dioxygenase (IDO) und öffnet so das Tor für eine „Glücksgefühle vermittelnde“ Mehrsynthese von Serotonin aus Tryptophan.

Beachten sollte man außerdem das nebenstehende Schaubild, um die Insulinausschüttung und somit eine entsprechende Fettverwertung positiv zu beeinflussen.

Laboranalyse über Labor Dres. Hauss, Postfach 1207, 24332 Eckernförde, Tel: 04351 - 712681, [www.hauss.de](http://www.hauss.de)



# Das Thema „Firmicuten - heimliche Dickmacher im Darm“ ging auf Presse-Tournee

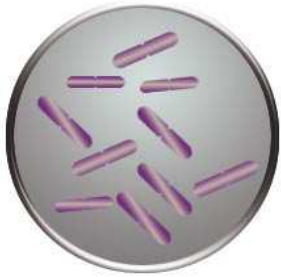


Abb.: Firmicutes (Simulation)

Wenn sie trotz Ernährungsumstellung und regelmäßiger Bewegung über Wochen hinweg keine Pfunde verlieren, ist der Frust bei Übergewichtigen groß. Ihnen kann jetzt geholfen werden. Die Lösung der Probleme liegt im Darm bzw. in der Zusammensetzung der Darmflora. Zu viele unliebsame „Mitbewohner“ im Darm können das Abnehmen stark beeinträchtigen.

Mit diesem hochaktuellen Thema gingen drei namhafte Naturheil-Experten auf eine dreitägige Presse-Tournee durch Deutschland und informierten die Vertreter vor allem der Publikums- und Laienpresse. Die von der Agentur VoKom Vogginger Kommunikation organisierten Pressekonferenzen fanden am 10. Mai in Düsseldorf, am 11. Mai in München und zum Abschluss am 12. Mai in Hamburg statt.

Das Experten-Team bei den Pressekonferenzen bestand aus Dr. rer. nat. Reinhard Hauss, Labor Dres. Hauss, Eckernförde, Udo Lamek, Pharma- und Naturheilspezialist, Heilpraktiker aus Landau/Pfalz, Wolfgang Falk, Mikrobiologe, Oro-dentale Mikrobiologie, Kiel.

Im Rahmen der drei Presseveranstaltungen konnten die Vertreter von rund 30 Redaktionen sowie 10 freie Journalisten über das Thema informiert werden. Besonders die Redakteure der Frauen- und Gesundheitszeitschriften waren an diesem Thema interessiert.

Dr. Reinhard Hauss stellte neueste Untersuchungen internationaler Mikrobiologen vor, die allen bisherigen Konzepten über die Entstehung der Fettleibigkeit eine revolutionäre Wendung geben. Die Wissenschaftler konnten aufzeigen, dass die zahlreichen „Mitbewohner“ im Darm offenbar eine Rolle bei der Entstehung unseres Körpergewichtes bzw. des Übergewichtes spielen.

Die Gene der Mikroorganismen übernehmen dabei Aufgaben, die im Genom des Menschen nicht verankert sind. Dazu gehört unter anderem der Abbau von Nahrungsbestandteilen, die wir selbst nicht verdauen können und deshalb als Ballaststoffe kennen.

Mit Hilfe der Gene ihrer Darmbakterien können Menschen nun auch mit diesen an sich unverdaulichen Nahrungsbestandteilen etwas anfangen. Sie gewinnen Fett und Zucker daraus. Im Darm fettleibiger Menschen sind häufig die so genannten **Firmicutes**, die guten Futterverwerter, in der Überzahl. Der Anteil der weniger guten Futterverwerter, der Bacteroidetes und Bifidobakterien war in Studien bei den übergewichtigen Menschen um die Hälfte reduziert.

Dr. Hauss wies darauf hin, dass die Floraverschiebung von Bacteroidetes und Bifidobakterien hin zu Firmicutes nicht selten durch eine hormonelle Fehlsteuerung (Progesteron und Cortisol) verursacht wird. Auch Dauerstress spielt nach seinen Aussagen eine wichtige auslösende Rolle.



Das Experten-Team bei den Pressekonferenzen:  
Wolfgang Falk, Mikrobiologe, Oro-dentale Mikrobiologie, Kiel (links), Udo Lamek, Pharma- und Naturheilspezialist, Heilpraktiker aus Landau/Pfalz (mitte), Dr. rer. nat. Reinhard Hauss, Labor Dres. Hauss, Eckernförde (rechts),

Es gibt mittlerweile spezielle Labor-Untersuchungen, bei denen mit molekularbiologischen Methoden das Verhältnis von Firmicutes zu Bacteroidetes (FB-Ratio) bestimmt werden kann. Diese Untersuchungsmethode, die von dem Mikrobiologen Wolfgang Falk vorgestellt wurde, hat das Eckernförder Labor Dres. Hauss als einziges Labor in Deutschland über einen Zeitraum von rund zwei Jahren entwickelt und seit rund sechs Monaten im Einsatz.

Der Pharma- und Naturheilspezialist Udo Lamek stellte die verschiedenen Bausteine der Adipositas-Therapie vor, die sich auf die neuesten mikrobiologischen Erkenntnisse stützen. Therapeutisch gezielte antagonistische Probiotikagaben können eine sinnvolle Ergänzung in der Adipositas-Therapie darstellen. Die Kombination mit Heilkräuter-Rotweinessig, der das Vermehrungspotential der Firmicutes herabsetzt, kann zu einer deutlichen Gewichtsreduktion führen.

„Ohne ein gesundes Maß an Bewegung und Maßhalten beim Essen, wird keiner überflüssige Pfunde los. Doch darüber hinaus gibt es viel, was beim Abnehmen bzw. Gewicht halten unterstützen kann“, so Lamek.

Schon Hildegard von Bingen beschrieb die Gewichtsreduktion beim Gebrauch von Essig. Insbesondere wenn er mit Heilkräutern angereichert und natürlichen Ursprungs ist. Denn der Heilkräuter-Rotweinessig harmonisiert die Darmflora und wirkt hemmend auf Firmicutes-Bakterien, die Ballaststoffe zu Zucker und Fettstoffen umbauen.

Lamek stellte das Konzept der Insulin-Trennkost, die den chronobiologischen Vorgängen im Körper und den Erkenntnissen der Epigenetik optimal angepasst ist. Durch diese Ernährungsform werden u. a. die Wachstumshormone angekurbelt und die nächtliche Fettverbrennung setzt ein. Pro Nacht werden dabei bis zu 100 Gramm Fett verbrannt. Voraussetzung: Die nächtliche Fettverbrennung wird nicht gestört. Dies ist z. B. der Fall, wenn man nach 20 Uhr kohlenhydratreiche Mahlzeiten zu sich nimmt.

Als unterstützende Maßnahmen haben sich nach den Ausführungen von Lamek in der Praxis bewährt: Probiotika wie zum Beispiel Bactoflor bzw. ProBioCult und Omega-3-Fettsäuren sowie zur Regulation der Hypophyse zum Beispiel das Präparat PhytoCortal N.

Durch die neuen Erkenntnisse der labor-medizinischen Untersuchungsmethoden und die daraus abzuleitende Führung der Patienten, lässt sich langfristig, wie Lamek an einem Patienten-Beispiel zeigen konnte, eine nachhaltige Gewichtsreduktion und Verbesserung der Lebensweise ermöglichen. Lamek wies darauf hin, dass alle diese Maßnahmen einer therapeutischen wie aber auch einer persönlichen Konsequenz bedürfen, die mit absolut natürlichen Präparationen unterstützt werden sollte.

---

Kontakt: Udo Lamek  
Praxis für Naturheilverfahren  
Kapellenweg 29  
DE-76829 Landau/Pfalz  
Tel.: +49 (0) 6341 - 649 247  
Fax: +49 (0) 6341 - 833 65  
Mail: [info@praxislamek.de](mailto:info@praxislamek.de)  
[www.praxislamek.de](http://www.praxislamek.de)

Dr. rer.nat. Reinhard Hauss  
Labor Dres. Hauss  
Postfach 1207  
DE-24332 Eckernförde  
Tel.: +49 (0) 43 51 - 71 26 81  
Fax: +49 (0) 43 51- 71 26 83  
Mail: [Laborinfo@t-online.de](mailto:Laborinfo@t-online.de)  
[www.hauss.de](http://www.hauss.de)

Wolfgang Falk, Mikrobiologe  
Orodentale Mikrobiologie, Kiel  
Bergstraße 26  
DE-24103 Kiel  
Tel.: +49 (0) 431 9865590  
Fax: +49 (0) 431 9865599  
Mail: [labor@odm-kiel.de](mailto:labor@odm-kiel.de)  
[www.oro-dentale-mikrobiologie.com](http://www.oro-dentale-mikrobiologie.com)

---

Den vom Expertenteam empfohlene Heilkräuter-Rotweinessig erhalten Sie zum Beispiel bei der Firma medi-line Naturprodukte. (Telefon: +49 (0) 6341 - 873 29, [www.mediline-naturprodukte.de](http://www.mediline-naturprodukte.de) oder [www.herbacetum.de](http://www.herbacetum.de))

---