

# Der-etwas-andere-Gesundheitsbrief

Diese Informationen dienen ausschließlich zur persönlichen Information.

## „Probiotische“ Bakterien

Was die Forschung nicht leistete, schafften spielend die Frauenzeitschriften und Gesundheitsmagazine. Nichts liegt den Blättchen mehr am Herzen, als die Interessen ihrer Anzeigenkunden. Und schon war der Zeitgeist reif für eine Art biologischer Schädlingsbekämpfung im eigenen Darm.

Eine narzisstische Gesellschaft, verunsichert durch die steten Kassandrarufe über eine ungesunde Mangelernährung durch Kantinen, Imbissbuden und Fast Food, war schnell bereit, das Angebot eine Gesundheitspflege von innen und fleißigen Bakterien anzunehmen. Und außerdem musste man nun nicht mehr fade Rohkost, blähende Körnerbrötchen oder fettarme Wurst essen.

Welche Kriterien muss eine Bakterie überhaupt erfüllen, um sich probiotisch nennen zu dürfen? Eine verbindliche Definition fehlt. Klar ist nur, dass nicht jeder hergelaufene Feld-Wald-und-Wiesen-Keim dazu zählt. Sonst könnte ja jeder bayerische Bergbauer mit seiner Joghurtkultur auf der Fensterbank Geschäfte machen.

Nein – die Geschichte der Probiotika hört sich ganz anders an - quasi ein modernes Märchen. Über viele Jahre lang suchten 35 Wissenschaftler am Nestle Forschungszentrum aus 4.000 verschiedenen Bakterien die richtigen Stämme. Die Winzlinge mussten vor allem in der Lage sein, das Säurebad im Magen zu überstehen.

Das gelingt den üblichen Joghurtkulturen wie *Streptococcus thermophilus* und dem *Lactobacillus bulgaricus* nur selten. Zusätzlich sollten sie auch Stehvermögen haben und sich an Darmzellen anheften können. Denn sonst werden sie gleich wieder von den dort bereits lebenden Kollegen weggekegelt.

Seither wird dem Käufer für sein Geld was geboten: Über eine Milliarde probiotischer Keime namens *Bifidobakterium* etc. tummeln sich in jedem Joghurtbecher. Nun pflegen sich profane Joghurtbakterien nicht an der Darmwand anzuheften, weil sie von frischer Milch leben und nicht von Verdautem.

Andererseits können die vornehmen Probiotischen noch nicht einmal Milch dick legen, eigentlich die Hauptaufgabe für ein Milchsäurebakterium. Deshalb muss man die begehrten Bazillen in den anderweitig gesäuerten Joghurt einrühren.

Vielleicht ahnen Sie jetzt, woher die probiotischen Kulturen stammen, die sich in den Falten unserer Gedärme ansiedeln sollen?

**Es sind nichts anderes als Darmbakterien – meist menschlichen Ursprungs.**

Hier bewahrheitet sich der alte Spruch: Fresst Sch ...- Millionen Fliegen können sich nicht irren.

**Keime aus Kot, aus Vaginalabstrichen, oder solchen, die irgendwann einmal aus irgendwelchen Patienten isoliert wurden.** Keime, die nach dem Lebensmittelmikrobiologen Prof. Michael Teuber ganz neue Arten darstellen.

**Keime, an die inzwischen auch Gentechnologen Hand anlegen, die aus Schweinekot oder Mäusedärmen stammen.** Bakterienstämme, deren Arten nicht klar definiert sind und die **ohne Skrupel inzwischen sogar an Säuglingen getestet werden.**

In diesen Zusammenhang sollte man darauf hinweisen, dass **Bifidobakterien auch pathogen sein können**, mahnt der Schweizer Wissenschaftler an. Manche **Bifidobakterien können Karies und sogar Gehirnhautentzündungen verursachen.**

Vor lauter Nebenwirkungen wird die wichtigste Frage leicht vergessen: **nutzen Bifidobakterien & Co. überhaupt?** Vor allem: Sorgen sie für eine gesündere Darmflora? Soweit Untersuchungen seitens der Hersteller selbst vorliegen, heißt **die Antwort nein.** Das bestätigt eine französische Studie und sogar eine Firmenschrift, die Nestle an Ärzte verteilte.

Demnach **verdrängen die probiotischen Bakterien vor allem die „guten“ körpereigenen Bifidobakterien.** Nach dem Absetzen erholt sich die Darmflora nur noch teilweise, die Zahl der körpereigenen Bifidobakterien ist nach den „Fütterungsversuchen“ an Freiwilligen weitaus niedriger als vor dem Verzehr der Produkte.

Das Essen **probiotischer Produkte kann also die Darmflora beeinträchtigen.** Für Mikrobiologen kommt das wenig überraschend. Schließlich haben die meisten Bakterien keine Lust, sich mit irgendwelchen

Erregern anzulegen.

Sie streiten sich lieber am Futternapf mit ihrer nächsten Verwandtschaft herum, die Appetit auf die gleichen delikatsten Darminhaltsstoffe hat. Deshalb verdrängen die aggressiven Neuankömmlinge die angestammte Bioflora aus ihren Nischen – ohne sich jedoch selbst anzusiedeln zu können.

**Tatsächlich fehlt es nicht an Hinweisen auf eine krank machende Wirkung der probiotischen Produkte. „Probiotische Joghurts können lebensgefährlich sein“,** rauschte es Anfang 2000 durch den deutschen Blätterwald.

Anlass war ein Ärztekongress im britischen Birmingham, auf dem der Wiener Immunspezialist Dr. Wolfgang Graininger seine Ergebnisse präsentierte. Danach **können Probiotika bei Immungeschwächten Patienten lebensgefährliche Erkrankungen wie Hirnhautentzündungen, Lungenentzündungen und Blutvergiftung auslösen.**

Vorgestellt wurde während des Kongresses auch der Fall einer betagten Diabetikerin, die vom **Genuss probiotischer Milchprodukte einen Leberabzess bekam** und nur durch eine Operation gerettet werden konnte. Für die Chefarztin des Wiener Hanusch-Krankenhauses Dr. Elisabeth Pittermann war das zu viel: Sie strich probiotische Produkte vom Speiseplan ihrer Patientin.

Schon vorher hatte die Bio-Molkerei Scheitz in Andechs ihre probiotische Linie ob der ungenügenden Datenlage vom Markt genommen. Wer verkauft schon gerne seinen Kunden **Lebensmittel, die Keime enthalten, die bisher von den Hygienikern als Hinweis auf fäkale Verunreinigung gewertet wurden?**

Deutsche Ernährungsexperten scheinen da weniger zimperlich zu sein: „Diese Milchsäurebakterien können überall auftreten. Sie sind Bestandteil unserer Umwelt und nicht nur von probiotischen Produkten“ so Professor Jürgen Schrezenmeier von der Bundesanstalt für Landwirtschaft in Kiel.

Der Experte scheint vergessen zu haben, dass die probiotischen Bakterien speziell daraufhin selektiert wurden, sich an Schleimhäuten festzusetzen. **Es ist sogar mehr als wahrscheinlich, dass sie bei einem geschwächtem Immunsystem zum Problem werden können.**

Quelle: Udo Pollmer: Prost Mahlzeit! Krank durch gesunde Ernährung. 2006

Weitere Literaturhinweise:

Marita Vollborn, Vlad D. Georgescu: Die Joghurt-Lüge. Die unapetitlichen Geschäfte der Lebensmittelindustrie. Campus Verlag 2006.

Alternativhealing  
Calle 53  
0833 Panama City  
Panama  
eMail: [alternativhealing\(at\)gmail\(dot\)com](mailto:alternativhealing(at)gmail(dot)com)

PS:

Das dürfte Sie auch interessieren, wenn Sie betroffen sind, wenn Sie dazu neigen oder wenn Sie Jemanden in der Familie oder im Freundeskreis haben, der betroffen ist mit [Herzinfarkt oder Schlaganfall](#) oder dazu neigt:

<http://tinyurl.com/lap6e5>

PSS:

Das dürfte Sie auch interessieren, wenn Sie betroffen sind, wenn Sie dazu neigen oder wenn Sie Jemanden in der Familie oder im Freundeskreis haben, der betroffen ist mit [Krebs](#) oder dazu neigt:

<http://tinyurl.com/mw6fnf>