



Yasmin Niederstenschnee,  
Fachredakteurin Komplementärmedizin

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

seit einigen Jahren beschäftigt sich die Forschung intensiv mit dem Mikrobiom. Ein kurzer Blick in die medizinische Online-Datenbank PubMed zeigt, dass mehr als 14.000 Fachartikel zum Schlagwort „Mikrobiom“ in den letzten zwölf Monaten veröffentlicht wurden. Die Popularität des Themas ist berechtigt, denn bekanntlich ist das „Superorgan“ Mikrobiom maßgeblich für die Gesundheit des Menschen verantwortlich. Milliarden von Mikroorganismen befinden sich in unserem Darm. Die bakterielle Besiedlung ist dabei sehr unterschiedlich, daher besitzt jeder Mensch ein einzigartiges Darmmikrobiom – ähnlich wie ein einmaliger Fingerabdruck.

Je größer die Diversität der Mikroorganismen, desto stabiler ist das Darmmikrobiom. Eine Dysbalance an Darmmikrobiota geht oft mit Erkrankungen einher. Es besteht sogar der Verdacht, dass der beobachtete Rückgang der Artenvielfalt verantwortlich ist für die Zunahme an chronischen Krankheiten wie Adipositas, Allergien, Demenz und sogar Autismus. Eine unausgewogene Ernährung, Bewegungsmangel, Stress, aber auch Medikamente wie Antibiotika, Antibiotikabypille, Schmerzmittel oder Kortison können das Mikrobiom nachhaltig negativ beeinflussen.

Während der COVID-19-Pandemie ist auch das Interesse an einem möglichen Zusammenhang zwischen der Immunreaktion und dem menschlichen Mikrobiom stark angestiegen. Untersuchungen konnten zeigen, dass Menschen, die an COVID-19 erkrankt sind, eine „signifikant veränderte“ Zusammensetzung

des Mikrobioms aufweisen [1, 2]. Der italienische Wissenschaftler, Arzt und Mikrobiom-Experte Prof. Vassilios Fanos stellte auf dem diesjährigen DGIM-Symposium der Microbiota neue Zusammenhänge zwischen dem Mikrobiom und COVID-19 vor [3]. Das Darmmikrobiom, so Fanos, spiele eine wichtige Rolle bei der Immunregulierung und könne daher vermutlich die Immunantwort auf COVID-19 sowie die Reaktion auf die Behandlung entscheidend regulieren.

In dieser Ausgabe dreht sich alles rund um das Thema „Darm & Verdauung“. Erfahren Sie unter anderem, wie Sie Darmbeschwerden mithilfe von Spagyrik behandeln (S. 4), welche Rolle die Osteopathie bei der Therapie von Darmerkrankungen spielt (S. 16) und wie Kopf und Bauch über die Darm-Hirn-Achse miteinander kommunizieren (S. 24). Wir gewinnen zwar immer mehr Kenntnisse über das Mikrobiom, doch es sind noch zahlreiche Fragen offen. Bis auf Weiteres bleibt uns der Darm also ein Mysterium. Viel Spaß bei der Lektüre und bleiben Sie interessiert!

Ihre Yasmin Niederstenschnee

[1] Yeoh YK et al. Gut 2021. PMID: 33431578.

[2] Kim HS. mBio 2021. PMID: 33436436.

[3] Fanos V. Vortrag, DGIM Symposium 2022.