



## Liebe Leserin, lieber Leser,

auf den ersten Blick wirkt der Schwerpunkt **Heilen mit Bakterien** sehr klar und eindeutig. Denn Behandlungsmöglichkeiten über das Mikrobiom sind in aller Munde.

Doch dieses Thema ist nicht nur dem Verdauungstrakt zugeordnet. Denn auch alle anderen Flächen unseres Körpers, die mit der Außenwelt in Berührung kommen, besitzen ihr ganz eigenes Mikrobiom: die Haut, die Atemwege, die Mundhöhle, der Darm, die weiblichen Geschlechtsorgane. Alle diese Mikrobiome haben gemeinsam, dass sie ein sehr individuelles Zusammenspiel aus verschiedensten symbiotischen, kommensalen, opportunistischen und pathogenen Bakterien sind.

Ziel jeder Therapie, sei sie regulatorisch, präbiotisch oder probiotisch ausgerichtet, ist es, die symbiotischen und kommensalen Stämme zu stärken. Dadurch bleiben die Opportunisten ruhig gestellt und die pathogenen Erreger haben keine Chance sich auszubreiten.

In den letzten Jahren wurde für einige Bakterien, wie *Lactobacillus subtilis* (mehr auf Seite 16) oder *Lactobacillus acidophilus* Er-2 Stamm 317/402 (mehr auf Seite 28) klar nachgewiesen, welche positiven Effekte durch eine ausreichende Menge in unserem Darm entstehen.

Doch ein Großteil der durch genetische Sequenzierung nachweisbaren Stämme ist wenig bis gar nicht erforscht. Unter anderen weil ein bedeutender Teil von ihnen nicht unter aeroben Bedingungen (also unter Sauerstoffeinfluss) anzuzüchten ist.

Es gibt also noch viel Forschungspotenzial, um die Zusammenhänge zwischen Mensch

und Bakterien besser zu verstehen. Gleichzeitig drängt sich die Frage auf: Müssen wir die Wirkung jedes einzelnen Stammes kennen, um unsere Mikrobiome zu pflegen? Oder reicht es, den Körper bei der Eigenregulation zu unterstützen? Persönlich würde ich zu beiden Fragen „Ja, aber...“ sagen.

Im zweiten Schwerpunkt geht es um unseren Hauptsinn. Denn der Mensch ist ein Augentier. Wir stützen uns auf keinen anderen Sinn so bewusst, wie auf das Sehen. Daher sind alle Erkrankungen am Auge gleichzeitig sehr beunruhigend und ein starkes Zeichen unseres Körpers, dass wir bei einem Thema „nicht hinsehen wollen“.

Außerdem sind unsere Augen sprichwörtlich „die Tore zur Seele“. Diesen Umstand macht sich die Augendiagnose zunutze, indem sie aus feinen Zeichnungen unseres Auges Hinweise auf Dysbalancen im Körper herausliest. Ein Beispiel dazu finden Sie auf Seite 52.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihre

*E. Rodatos*

Elfi Rodatos