

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Können Probiotika die Beschwerden lindern?

AA | Morbus Crohn (MC) zählt zusammen mit Colitis ulcerosa (CU) zu den Hauptformen der chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED). Hierbei handelt es sich um wiederkehrende oder kontinuierliche Entzündungen des Darms. In Deutschland sind etwa 500.000 Menschen von CED betroffen, wobei etwa doppelt so viele Menschen an CU erkrankt sind wie an MC.^{1,2} Doch worin unterscheiden sich diese beiden Formen und welche Rolle spielen bei diesen Erkrankungen Probiotika oder eine Zusatzmedikation mit pflanzlichen Arzneimitteln?

Sowohl bei CU als auch bei MC handelt es sich um chronisch entzündliche Erkrankungen des Darms, jedoch unterscheiden sie sich in einigen Punkten: Während eine CU meist vom Enddarm ausgeht und nur die oberflächlichen Schichten der Darmschleimhaut des Dickdarms betroffen sind, kann MC im gesamten Verdauungsstrakt in allen Schichten der Darmwand auftreten, wobei der untere Dünndarm (terminales Ileum) und der Dickdarm bevorzugt betroffen sind. Bei MC können mehrere Abschnitte gleichzeitig betroffen sein, die auch von gesunden Abschnitten unterbrochen sein können. Beide Erkrankungen manifestieren sich meist zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr und treten schubweise auf. Sie gehen oft mit Bauchschmerzen und Durchfällen einher, die nicht selten auch von starker Abgeschlagenheit begleitet werden.³ Die Symptome können aber individuell sehr unterschiedlich sein und die Lebensqualität der Betroffenen teilweise stark beeinträchtigen.

Therapieoptionen bei CED

Aufgrund der ungeklärten Pathogenese gibt es keine kausale Therapie der CED, daher erfolgt diese interdisziplinär und kann neben einer medikamentösen Therapie u. a. auch Ernährungsanpassungen sowie in bestimmten Fällen Operationen beinhalten.² Zur medikamentösen Behandlung der CED werden neben Kortikosteroiden ebenfalls Immunsuppressiva, Biologika, Aminosalizylate und Cannabinoide eingesetzt. Welcher Wirkstoff für wen geeignet ist, muss allerdings individuell entschieden werden. Die Ziele einer pharmakologischen Therapie sind neben der Linderung der Symptome das Eindämmen der Entzündungsreaktion,

das Verhindern neuer Schübe sowie die Verhinderung der Ausbreitung der Erkrankung.⁴

Unterstützende Präparate bei CED

Zwar ist die genaue Entstehung der CED noch nicht eindeutig geklärt, jedoch scheint eine abweichende Darmflora eine Rolle zu spielen, die an Entzündungen und Störungen der Immunfunktion beteiligt sein kann. Daher können bei CED auch Probiotika zum Einsatz kommen, die vermutlich durch Verdrängen krankheitserregender Mikroben dazu beitragen, dass die intestinale Mikroflora ihre normale Funktion ausüben kann. Dadurch kann die Barrierefunktion der Wirtsschleimhaut verbessert und die angeborene Immunfunktion moduliert werden. In Studien konnte gezeigt werden, dass Probiotika positive Effekt haben können: auf die Modulation der intestinalen Mikroflora, auf die Immunfunktion und bei der Behandlung verschiedener Erkrankungen, u. a. CED. Außerdem konnte gezeigt werden, dass Probiotika eine Remissionserhaltung bei CU unterstützen. Auch eine Metaanalyse bestätigte im Wesentlichen die Effekte der Probiotika auf CED, jedoch wiesen die Studien eine sehr große Heterogenität auf, was eine allgemeingültige Aussage bezüglich einer Probiotika-Behandlung erschwert. Zusätzlich deuten Studien auch darauf hin, dass sich eine Kombination aus verschiedenen Probiotika günstig auf CED auswirken kann.⁵⁻⁷ Neben Probiotika können möglicherweise auch pflanzliche Präparate mit Myrrhe zur Erhaltung der schubfreien Phase bei CU beitragen, da auch durch solche Präparate die Darmbarrierefunktion verbessert werden kann.¹

Weitere Tipps zu Präparaten, die zur Förderung der Darmgesundheit empfohlen werden können, erhalten Sie in der Übersicht auf den folgenden Seiten.

1 <https://www.myrrhini.de/magen-darm-stoerungen/chronisch-entzuedliche-darmerkrankungen>

2 <https://www.aerzteblatt.de/archiv/232671/Chronisch-entzuedliche-Darmerkrankungen>Status-quo-und-was-die-Zukunft-bringen-kann>

3 <https://www.apotheken.de/krankheiten/4316-chronisch-entzuedliche-darmerkrankungen>

4 <https://witzleben-apotheke.de/apotheke-fuer-ced/>

5 Bischoff SC, Manns MP. Probiotika, Präbiotika und Synbiotik: Stellenwert in Klinik und Praxis. Dtsch Ärztebl 2005; 102(11): A-752/B-630/C-588

6 Wehkamp J et al. Inflammatory Bowel Disease. Dtsch Ärztebl Int 2016; 113(5): 72–82, doi: 10.3238/arztebl.2016.0072

7 Bischoff SC et al. Intestinal permeability – a new target for disease prevention and therapy. BMC Gastroenterol 2014; 14: 189, doi: 10.1186/s12876-014-0189-7