

Das Darm-Mikrobiom – Zusammenhänge mit Erkrankungen, diagnostische Möglichkeiten und Therapien

09.03.2022, Andrea Thiem | Dr. rer. nat. Christiane Kupsch

Frage 1 : Welches der folgenden Bakterien gehört zu den wichtigen Butyratbildnern im Darm?

- Faecalibacterium prausnitzii
- Akkermansia muciniphila
- Escherichia coli

Frage 2 : Welche der folgenden gehört nicht zu den positiven Eigenschaften von kurzkettigen Fettsäuren (SCFAs) im Darm?

- Energieversorgung des Kolonepithels
- Pathogenabwehr
- Entzündungshemmung

Frage 3 : Welche diagnostischen Marker eignen sich nicht zum Nachweis eines Leaky Gut?

- Calprotectin im Stuhl
- iFABP im Serum
- iFABP im Stuhl

Frage 4 : Was ist keine Ursache einer Histamin-Dysbalance?

- Histamin-Abbaustörung (DAO-Mangel)
- eine kohlehydratreiche Ernährung
- verstärkte Histaminaufnahme über die Nahrung

Frage 5 : Was ist bei der therapeutischen Empfehlung von Probiotika zu beachten?

- Nichts, Probiotika haben ohne Einschränkung durchweg positive Effekte.
- Einige Probiotika können Histamin freisetzen.
- Probiotika erhöhen immer den pH-Wert im Darm.

Frage 6 : Welche Faktoren beeinflussen die Bakterienzusammensetzung im Darm positiv?

- wiederholte Einnahme von Antibiotika
- ballaststoffreiche Ernährung
- regelmäßiger Alkoholkonsum

Frage 7 : Welcher pH-Wert im Darm weist auf ein bakterielles Ungleichgewicht hin?

- 5,8
- 6,4
- 7,5

Frage 8 : Welche Aussage ist falsch?

- Mikrobiomveränderungen haben keinen Einfluss auf die Entstehung chronischer Erkrankungen.
- Mikrobiom-Diagnostik und -Therapie ist Bestandteil jeder ganzheitlichen Behandlung chronischer Erkrankungen.
- Nicht nur Antibiotika verändern das Mikrobiom.

Frage 9 : Welche der folgenden Bakterien erhöhen den pH-Wert im Darm?

- Enterobacter spp.
- Bifidobacterium spp.
- Lactobacillus spp.

Frage 10 : Welche Faktoren beeinflussen die Entwicklung des kindlichen Mikrobiota nicht?

- Ernährung der Mutter während der Schwangerschaft
- Dysbiose des Vaters zum Zeitpunkt der Zeugung
- Kontakt zu anderen Kindern und Tieren