

Probiotika sind im Trend, ob begleitend zur Antibiotikatherapie, bei modernen Erkrankungen wie Reizdarm oder als angebliches Immunwunder – die Anwendungsgebiete von lebenden Mikroorganismen scheinen endlos.

Unerwünschte Wirkungen dagegen werden unter den Teppich gekehrt. Besorgniserregend ist jedoch, dass probiotische Stämme eine Bakteriämie verursachen können, d. h. in die Blutbahn gelangen können [1].

So zeigten Patienten nach einer Probiotika-Behandlung mit Laktobazillen ein deutlich höheres Risiko für eine Bakteriämie, als Patienten ohne Probiotika-Einnahme. Die aus dem Blut isolierten Laktobazillen waren nicht zu unterscheiden von denen aus dem probiotischen Produkt, was die Vermutung einer direkten Übertragung in die Blutbahn unterstützt. Besonders gruselig: einige Blutisolate wiesen Mutationen auf, die zu Antibiotikaresistenzen führen können. Dann bleiben wir doch lieber bei urheimischen Bitterpflanzen, die ohne Nebenwirkungen unser Darmmilieu verbessern.

[1] Yelin, I. et al. (2019). Genomic and epidemiological evidence of bacterial transmission from probiotic capsule to blood in ICU patients. *Nature medicine*, 25(11), 1728-1732.

urheimische-notizen.de

Seit Beginn unserer Arbeit erwähnen wir das Problem in unseren E-Books. Sie können nicht eine ungesunde Ernährung mit Probiotika in eine gesunde umkehren. Essen Sie von Grund auf richtig gesund, dann brauchen Sie keine Probiotika einnehmen.