

Yakult UK-Symposium 2010: Alterungsprozesse, Konsequenzen & Probiotika

Journal für Ernährungsmedizin 2010; 12 (4), 19

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig





YAKULT UK-SYMPOSIUM 2010

ALTERUNGS- PROZESSE, KONSEQUENZEN & PROBIOTIKA

Aktuelle Ergebnisse aus der Probiotika-Forschung zu den Bereichen Leistungssport, Allergien, Reizdarm und Entzündungsprozesse wurden beim Yakult UK-Symposium am 12. Oktober in London präsentiert. Desgleichen aktuelle Daten & Fakten rund um den (potenziellen) Nutzen von Probiotika für Menschen in höherem Alter.

Mit zunehmendem Alter bekommen gesundheitliche Beeinträchtigungen, geschweige denn Erkrankungen, ein größeres Gewicht. „In höherem Alter weisen Erkrankungen häufig atypische Merkmale auf, sie schreiten rascher fort, Morbidität und Mortalität nehmen zu“, resümierte Univ.-Prof. Dr. Dermot Power, Geriatriespezialist und Direktor des St. Mary's Hospital in Dublin (Irland), bei seinem Eröffnungsvortrag. Wenn die physiologischen Funktionen mehr oder weniger am Limit angelangt sind, können relativ geringfügige Einflüsse bedeutende Auswirkungen zeitigen, betonte Power. Einerseits kann eine an sich geringfügige Gesundheitsstörung zu durchaus dramatischen Beeinträchtigungen des Allgemeinzustands führen. Andererseits kann eine an sich wenig spektakuläre gesundheitliche Verbesserung den Allgemeinzustand deutlich heben. Einen Überblick über das Potenzial von Probiotika bei altersassoziierten Beschwerden und Erkrankungen gab Ian Rowland von der Univ. Reading. Da wäre einmal die Obstipation als ein die Lebensqualität einschränkendes Phänomen. In diesem Zusammenhang weisen 12 von 17 Studien einen Benefit von Probiotika nach, der bei Personen, mit einer langen Darmpassage/Transitzeit leiden, besonders ausgeprägt ist.

BENEFIT BEI C. DIFFICILE-INFEKTIONEN BESTÄTIGT

Auf der anderen Seite stellen in fortgeschrittenem Alter Durchfallerkrankungen ein u. U. folgeschweres Problem dar. Was die Antibiotika-assoziierte Diarrhoe betrifft, so können 13 von 25 Studien eine signifikante Reduktion durch Probiotika nachweisen, wobei eine tägliche Dosis von mindestens 10^{10} Keimen angegeben wird (McFarland LV, Am J Gastroenterol 2006;101(4):812-822). In den vergangenen Jahren ist es zu einem bedeutenden Anstieg von Durchfallerkrankungen und Todesfällen in Verbindung mit Clostridium difficile-Infektionen gekommen. Wie Studien gezeigt haben, können Probiotika dazu beitragen, die Häufigkeit der Clostridium difficile-assoziierten Diarrhoe zu verringern. Die Effektivität einer systematischen Gabe eines fermentierten probiotischen Milchgetränks (Yakult) wurde zum Beispiel im Rahmen einer österreichischen Studie unter Beweis gestellt (Stockenhuber A et al., Gut 2008;57(Suppl II):A20; JEM 2/2009). Im Rahmen des Yakult-Symposiums wurden die Ergebnisse einer Fallstudie in England präsentiert (Weir W und Thomas LV, Poster 11, Yakult UK-Symposium, 12. 10.2010, London). Beginnend mit Oktober 2007 bekamen alle Patienten in vier geriatrischen Abteilungen an zwei Spitälern täglich eine Portion eines fermentierten probiotischen Milchgetränks (Yakult light). Gleichzeitig wurde verstärkt Augenmerk auf hygienische Maßnahmen gelegt. In der Folge fiel die Fallzahl von 10,8 / Monat auf 3,4. Nach der Ausdehnung der Probiotika-Gabe auf alle Über-65-Jährigen sank die Fallzahl weiter auf 1,4 / Monat. Ältere profitieren offenbar besonders von dem Probiotikum: Die Autoren vermuten, dass der Erfolg dieses Ansatzes auch an einer Verrin-

gerung der asymptomatischen Infektionen von C. difficile liegt.

Positive Wirkungen eines L. casei-fermentierten Milchgetränks (Yakult) wurden bei einer Untersuchung in japanischen Altenheimen auch in Bezug auf Norovirus-Infektionen festgestellt (Yamada T et al. Kansenshogaku Zasshi 2009, 83(1):31-35). Bei gleichbleibender Fallzahl waren die Fieberperioden in der Probiotika-Gruppe signifikant kürzer und das Fieber niedriger.

PROBIOTIKA, IMMUNANTWORT & INFLUENZA

Alterungsprozesse des Immunsystems führen unter anderem zu einer Verlangsamung der T-Zell-Antwort und der Antikörperproduktion. So lässt auch die Effektivität der Influenza-Impfung stark nach. In einer aktuellen Studie wurde untersucht, ob Probiotika die Effektivität der Influenza-Impfung in fortgeschrittenem Alter erhöhen können. Zwei doppelblinde, randomisierte, plazebokontrollierte Multicenter-Studien mit gesunden Personen über 70 Jahren in Frankreich kamen zu dem Ergebnis, dass der tägliche Konsum definierter Probiotika zu einer relevanten Steigerung des spezifischen Antikörpertiters nach der Influenza-Impfung führt (Boge T et al. Vaccine 2009 27(41):5677-84).

Dass Probiotika positive Auswirkungen auf Infektionen des Respirationstrakts haben, wurde bereits mehrfach belegt. Zwar konnte die Häufigkeit von Infektionen nicht verringert werden, aber die Schwere gemildert und die Dauer verringert. Nun gibt es neue Daten über neue Stämme von Probiotika wie L. paracasei, die auch eine signifikante Verringerung der Erkrankungshäufigkeit an Erkältung in der Probiotika-Gruppe belegen können (Berggren A et al. Eur J Nutr 2010 Aug 28).