

Das Darm-Mikrobiom

bei Kinderwunsch
und Schwangerschaft



IMD

Labor Berlin

Das Mikrobiom: wichtig für die Gesundheit von Mutter und Kind

Wussten Sie, dass unser Mikrobiom – also die Gemeinschaft der Bakterien in unserem Darm – eine entscheidende Rolle für unsere Gesundheit spielt?

Bereits in der Schwangerschaft und vor der Geburt kann das Mikrobiom einen nachhaltigen Einfluss auf das Wohlbefinden Ihres Kindes haben, denn Säuglinge werden größtenteils von den Darm- und Scheidenbakterien der Mutter im Laufe der Geburt besiedelt. Dabei spielt die Besiedelung der Scheide mit Laktobakterien, die beim Geburtsvorgang auf das Kind übertragen werden, eine schützende Rolle.

Bifidobakterien wandern aus dem Darm der Mutter in die Brustdrüse und werden beim Stillen auf den Säugling übertragen. Ein ungünstiges Mikrobiom der werdenden Mutter kann durch eine Therapie beeinflusst werden.

So können Sie aktiv dazu beitragen, die Gesundheit Ihres Kindes zu fördern.



Für ein gesundes kindliches Mikrobiom ist es wichtig, dass:

- die Artenvielfalt der Bakterien hoch ist,
- von diesen Bakterien viele sogenannte SCFA (kurzkettige Fettsäuren) gebildet werden,
- die Produktion von Muzin (Schutzschicht im Darm) unterstützt wird,
- ungünstige Bakterien (proinflammatorische Bakterien) abgewehrt werden,
- Infektionserreger abgewehrt werden (Kolonisationsresistenz).

Das Darmmikrobiom ist auch der Ort, an dem das kindliche Immunsystem trainiert wird. Es lernt, Infektionen abzuwehren. Außerdem lernt es, die Reaktion auf harmlose Stoffe zu regulieren – also eine Toleranz zu entwickeln. Ein gesundes Mikrobiom im Säuglings- und Kindesalter beugt z. B. der späteren Entwicklung von Allergien vor.

Indem Sie auf eine gesunde Darmflora achten, legen Sie also einen Grundstein für die Gesundheit Ihres Kindes – schon vor der Geburt.



Die Darmschleimhaut: unser Schutzschild

Unsere Darmschleimhaut bildet eine wichtige Barriere zwischen unserem Inneren und der Außenwelt. Die Zellen dieser Schleimhaut werden durch eine sogenannte „Muzinschicht“ auf ihrer Oberfläche bedeckt. Sie schützt uns vor schädlichen Fremdorganismen. Gleichzeitig sorgt sie dafür, dass unser Körper die notwendigen Mikro- und Makronährstoffe aufnehmen kann.



Diese Schicht wird durch das Zusammenspiel verschiedener Bakterien aufgebaut und erneuert. Wenn diese Bakterien fehlen oder in zu geringer Zahl vorhanden sind, spricht man von einer verminderten Kolonisationsresistenz. Diese kann die Schutzfunktion des Darms schwächen und zu einer erhöhten Durchlässigkeit führen – dem sogenannten „Leaky Gut“, einer Barriere-störung des Darms. Das kann dazu führen, dass unerwünschte Stoffe in den Körper gelangen und Erkrankungen wie Neurodermitis, Wachstumsverzögerungen oder häufige Infekte begünstigen.

Was kann die Barriere schädigen?

- Proinflammatorische Bakterien im Darm, die kontinuierlich entzündungsfördernd wirken
- Infektionen mit Krankheitserregern (Bakterien, Viren, Parasiten)
- Schädliche Substanzen aus der Nahrung (z. B. Farb- und Konservierungsstoffe, Mykotoxine) oder aus dem Wasser (z. B. Metalle wie Blei oder Arsen)
- Zahnersatzmaterialien wie Amalgam, Kunststoffe

Was können Sie tun?

Eine frühzeitige Diagnostik kann Klarheit schaffen. Bei Bedarf können therapeutische Maßnahmen rechtzeitig eingeleitet werden, die die Darmbarriere stärken und Ihre Gesundheit schützen.

SCFA: Energie für die Darmschleimhaut

Unsere Darmzellen benötigen Energie, um ihre wichtige Schutzfunktion aufrechtzuerhalten und Nährstoffe optimal aufzunehmen. Diese Energie wird unter anderem durch sogenannte kurzkettige Fettsäuren (SCFA) bereitgestellt.

Die SCFA, wie Acetat, Butyrat und Propionat, entstehen, wenn bestimmte Bakterien in unserem Darm Ballaststoffe zersetzen. Fehlen diese Bakterien oder ist die Produktion der SCFA eingeschränkt, kann es zu sogenannten „Resorptionsstörungen“ kommen. Das bedeutet, dass der Darm nicht mehr alle Nährstoffe richtig aufnehmen kann.

Warum sind SCFA so wichtig?

Sie liefern die notwendigen Energiebausteine für die Zellen der Darmschleimhaut und unterstützen so die Funktion und Regeneration dieser wichtigen Barriere.

Was können Sie tun?

Eine ballaststoffreiche Ernährung und eine gesunde Darmflora können die Produktion der SCFA fördern und somit Ihre Darmgesundheit stärken.





Immuntoleranz verbessern – Allergien vermeiden

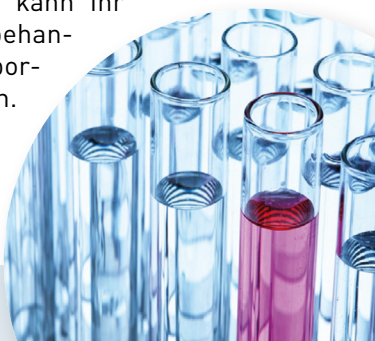
Unser Darm spielt eine zentrale Rolle für ein starkes und ausgewogenes Immunsystem. Eine vielfältige und gesunde Bakteriengemeinschaft im Darm sowie eine intakte Darmbarriere fördern die sogenannte Immuntoleranz – also die Fähigkeit unseres Körpers, ungefährliche Stoffe zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren.

Besonders in den ersten Lebensjahren ist eine natürliche Auseinandersetzung mit der Umwelt wichtig: Wenn Säuglinge Nahrung aufnehmen oder an Gegenständen nuckeln, trainieren sie ihr Immunsystem. Das senkt das Risiko für Allergien und Autoimmunerkrankungen deutlich.

Deshalb sollten übertriebene Hygienemaßnahmen vermieden werden. Ein gesundes Maß an „natürlichem Kontakt“ mit der Umwelt unterstützt das Immunsystem auf ganz natürliche Weise.

Welche Laboruntersuchungen können zum Status Ihrer Darmgesundheit Aufschluss geben?

Wenn Sie es wünschen, kann Ihr behandelnder Arzt/Ihre behandelnde Ärztin Ihnen Labortests aus Stuhl empfehlen. Folgende labormedizinische Untersuchungen sind möglich:



● Funktionelles Mikrobiotaprofil

Detaillierte Untersuchung des Darmmikrobioms inklusive Dysbiose-Index, bakterieller Diversität, Kolonisationsresistenz, Butyratbildung, histaminbildender Bakterien, immunmodulierender Bakterien, Mukosaprotektion, Mykologie, pH-Messung und proinflammatorischer Bakterien.

● Kurzkettige FS (SCFA)

Kurzkettige Fettsäuren (Acetat, Butyrat, Propionat) bestimmen maßgeblich die Energieversorgung der Darmschleimhaut und damit die Darmbarrierefunktion.

● Alpha-1-Antitrypsin und Zonulin

Alpha-1-Antitrypsin und Zonulin sind Marker (labormedizinische Hinweise) für eine erhöhte Durchlässigkeit der Darmschleimhaut (Leaky Gut).

Oder Sie entscheiden sich für einen umfassenden Einblick in die Darmgesundheit mit einer Untersuchung der Darmbakterien in Verbindung mit Markern für Darmbarriere, Entzündung, Immunabwehr und Verdauungsleistung:

● Check-up Darm Premium

Funktionelles Mikrobiotaprofil plus kurzkettige Fettsäuren (SCFA), Marker für Verdauungsleistung (Gallensäuren, Pankreaselastase, Verdauungsrückstände), Entzündung (Calprotectin, EPX, Histamin), Durchlässigkeit der Darmschleimhaut (Alpha-1-Antitrypsin, Zonulin) und Darmimmunsystem (sekretorisches IgA).



Funktionelles Mikrobiotaprofil*	169,03 €
Kurzkettige FS (SCFA)*	52,46 €
Alpha-1-Antitrypsin*	10,49 €
Zonulin*	29,14 €
Check-up Darm Premium*	396,91 €

Probenmaterial: 2 Stuhlröhrchen

*Das Probenmaterial muss innerhalb von 48h nach Entnahme im Labor eintreffen. Bitte nutzen Sie unseren temperaturstabilen Kurierversand (Info im Test-Set).

ggf. zzgl. 19 % Umsatzsteuer

Nach § 4 UStG sind Laboranalysen sowohl für Selbstzahler als auch Privatversicherte nur dann von der Umsatzsteuer befreit, wenn sie durch einen Arzt oder eine Person mit heilberuflicher Tätigkeit (z. B. Heilpraktiker, Zahnarzt) veranlasst werden. Die angegebenen Preise gelten für Selbstzahler. Bei Privatversicherten erfolgt die Abrechnung entsprechend der aktuell gültigen GOÄ.

Die Probenabholung aus Praxen und Krankenhäusern erfolgt bundesweit kostenfrei. Für regionale Kurieranfragen (Berlin und Umgebung):

☎ +49 30 77001-250

Für überregionale Kurieranfragen aus Praxen und Krankenhäusern:

☎ +49 30 77001-450

**Mehr Informationen
finden Sie unter:**



www.IMD-Berlin.de



IMD Institut für Medizinische Diagnostik Berlin-Potsdam GbR
IMD Berlin MVZ

Nicolaistraße 22 · 12247 Berlin (Steglitz)
Tel +49 30 77001-700 · Fax +49 30 77001-709
info@imd-berlin.de · IMD-Berlin.de

