

# Gestörte Darmpermeabilität

*leaky gut*



## Wie kommt es zum *leaky gut*?



Infektionen und bakterielle Fehlbesiedelungen, toxische Metalle, verschiedene Medikamente (z.B. Aspirin, Antibiotika u. a.), scharf gewürzte Speisen sowie Alkohol, aber auch Stress können die Darmbarriere stören und die Darmdurchlässigkeit erhöhen. Eine solche gestörte Barrierefunktion des Dünndarms wird *leaky gut* (engl. durchlässiger Darm) genannt.

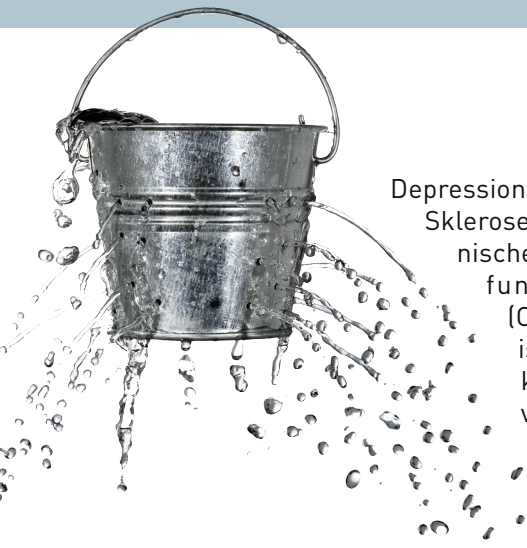
## Folgen eines *leaky gut*

Bei einem *leaky gut* können Bakterien, Toxine und unverdaute Nahrungsmittelbestandteile aus dem Darm in den Blutkreislauf gelangen und eine systemische Entzündung fördern. Zusätzlich ist dadurch die Aufnahme von Nährstoffen, Vitaminen und Spurenelementen gestört und wichtige im Darmepithel produzierte Enzyme werden vermindert gebildet.

## Kommt das häufig vor?

**Ja**, manche Patienten neigen dazu. Es kann vorübergehend oder dauerhaft auftreten. Nicht nur Darmerkrankungen und Reizdarm gehen häufig mit einem *leaky gut* einher, es tritt auch bei anderen entzündlichen Erkrankungen wie rheumatoider Arthritis, Migräne, Autismus,





Depression, Multipler Sklerose oder chronischem Erschöpfungssyndrom (CFS) auf und ist dann oft krankheitsverstärkend. Vorübergehende Barrierestörungen

finden sich bei diesbezüglich empfindlichen Patienten auch nach Extremsport-Belastung.

## Kann man *leaky gut* über das Blut nachweisen?

**Ja**, es gibt zwei Labormarker, die man sehr einfach aus einer Blutprobe bestimmen kann. Intestinal-fatty acid binding protein (I-FABP) ist beim Gesunden in Darmepithelzellen gespeichert und wird bei Zellschädigung ins Blut abgegeben. Der zweite Blutmarker ist das Zonulin, welches bei Entzündung des Darmepithels gebildet wird. Da nicht in jedem Fall beide Parameter parallel ansteigen, sollten beide bestimmt werden.



# Warum ist es wichtig zu wissen, ob ich *leaky gut* habe?

## 1. ... weil *leaky gut* Nahrungsmittelunverträglichkeiten verursacht

Ein gesunder Darm ist toleranter, reagiert seltener allergisch und verhindert, dass allergene Nahrungsmittel überhaupt aufgenommen werden. Außerdem werden im Dünndarm Enzyme produziert, die für den Abbau von Nahrungsmitteln essentiell sind. Als Beispiel sei hier das Milchzucker-spaltende Enzym Laktase oder das Histamin-abbauende Enzym Diaminoxidase genannt.

## 2. ... weil bei *leaky gut* Vitamine und Spurenelemente schlechter aufgenommen werden

Bei einer gestörten Darmbarriere können Nahrungsmittelbestandteile, aber auch Vitamine und Spurenelemente oft nicht ausreichend resorbiert werden. Die Folge sind Mangelerscheinungen. Essentielle Spurenelemente wie Zink, Selen, Kupfer, Magnesium, Mangan, Kobalt oder Chrom, aber auch viele Vitamine sind Kofaktoren zahlreicher Enzyme unseres Stoffwechsels, und ihr Mangel kann Stoffwechselstörungen, eine verminderte kognitive Leistungsfähigkeit oder eine erhöhte Infektanfälligkeit zur Folge haben.

## 3. ... weil bei *leaky gut* toxische Metalle unkontrolliert aufgenommen werden

Sowohl aus Zahnersatz als auch über die Nahrung gelangen toxische Metalle wie Quecksilber, Silber, Zinn, Blei, Arsen oder Aluminium in den Darm. Im Normalfall werden sie zum großen Teil wieder ausgeschieden. Bei *leaky gut* kommt es jedoch zur verstärkten Aufnahme in den Organismus und somit zur toxischen Belastung.

## *Leaky gut* ist gut behandelbar

Sofern eine gestörte Darmpermeabilität mit einem oder beiden genannten Parametern nachgewiesen wurde, sollte zum einen nach der Ursache gefahndet und zum anderen der Darm und die Darmflora gezielt behandelt werden. Ursachenforschung beinhaltet z.B. die Abklärung, ob eine Metallbelastung der Schleimhäute, die über eine Speicheluntersuchung festgestellt werden kann, ein Mangel an Spurenelementen, unterschiedlichste Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder möglicherweise eine gestörte Darmflora vorliegt.

Therapeutisch kann eine Nahrungsumstellung, Stressabbau und die gezielte Verabreichung von Vitalstoffen hilfreich sein. Auch die Gabe von Prä- und Probiotika kann sowohl die Darmflora als auch das Darmimmunsystem unterstützen.



Ihr Arzt wird Sie beraten, wie bei Ihnen ein *leaky gut* erfolgreich behandelt werden kann.

**I-FABP**

**29,14 €**

**Zonulin**

**29,14 €**

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](http://www.IMD-Berlin.de)



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

Nicolaistraße 22 · 12247 Berlin (Steglitz)  
Tel +49 30 77001-220 · Fax +49 30 77001-236  
info@imd-berlin.de · IMD-Berlin.de

