

Produkt	Mikroorganismus	Inhalt	Anwendungsgebiete gemäss Hersteller	Preis / 1'000'000'000 Mikroorganismen
Carbole-vure® Erwachsene	Zuckerhefen	108 mg pro Kapsel (Kinderpräparat: 48 mg pro Kapsel)	Akuter Durchfall, zur Normalisierung der Darmflora, Verdauungsstörungen nach Antibiotikaeinnahme	
Gynoflor®*	Milchsäurebakterien	10'000'000 pro Vaginaltablette	Fluor, Vaginalinfekte, Wiederherstellung der Vaginalflora, atrophische Vaginitis	250 CHF
Mutaflor®* mite Mutaflor®*	Enterobakterien	2'500'000'000 (mite) 10'000'000'000 pro Kapsel	Colitis ulcerosa in der Remissionsphase	0.50 CHF (mite) 0.20 CHF
Perenterol®	Zuckerhefen	2'000'000'000 pro Kapsel oder pro Beutel	Durchfall, Prophylaxe und Therapie antibiotikabedingten Durchfalls oder von Durchfall infolge Sondenernährung	0.50 CHF
Probalans®	Milchsäurebakterien	1'000'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung	1.25 CHF
Probactiol® plus	Milchsäurebakterien, Bifidobakterien	10'000'000'000 pro Kapsel oder 25'000'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung	0.10 CHF oder 0.05 CHF
Symbiolact®	Milchsäurebakterien	2'000'000'000 pro Beutel	Nahrungsergänzung	0.90 CHF
VSL#3®	Bifidobakterien Milchsäurebakterien Streptokokken	450'000'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung	0.01 CHF

PLOS Biol 2016; 14: e1002533, Lancet 2013; 382: 1249-57, Z Gastroenterol 2011; 49: 237-93, JAMA 2014; 312: 1772-8, Cochrane Database of Systematic Reviews: Search „Probiotics“

www.apothekeschaffhauserplatz.ch

Seminarstrasse 1
8057 Zürich

Thomas Kappeler
info@apothekeschaffhauserplatz.ch

Telefon 044 361 61 61
Telefax 044 361 39 13

blink design

Pharmatipp Nr. 10



Aktuell: Probiotika

 apotheke schaffhauserplatz



In unserem Körper leben rund 40 Billionen (40'000'000'000'000) Mikroorganismen: Die Mehrzahl bewohnt den Dickdarm, gefolgt von den Zähnen, dem unteren Dünndarm, der Mundschleimhaut, der Haut, dem Magen und dem oberen Dünndarm. Das Gewicht der fremden Bewohner beträgt 1-3 Kilogramm. Im Verdauungstrakt nehmen die Mikroorganismen zentrale Aufgaben in der Verwertung unverdaulicher Kohlenhydrate, der Synthese von Aminosäuren, Enzymen und Vitaminen und in der Immunabwehr wahr. Die Darmflora will gehegt und gepflegt sein: Je gesünder und natürlicher die Ernährung, desto besser geht es den Mikroorganismen. Sie lieben Nature-Joghurt, stinkende Schimmelkäse, Getreide, Gemüse, Früchte, Hülsenfrüchte! Und: sie lieben es frisch, ohne Konservierungsmittel und ohne künstliche Süsstoffe. In Schwierigkeiten geraten Mikroorganismen insbesondere dann, wenn Antibiotika eingesetzt werden müssen. Diese bewirken ein Ungleichgewicht in der Darmflora. Das kann zur Ausbreitung krankmachender Bakterien führen.

Probiotika sind Medikamente und andere Zubereitungen mit lebenden Mikroorganismen, die den Körper günstig beeinflussen sollen.

Zu diesen Mikroorganismen gehören Milchsäure produzierende Bakterien (z.B. Enterokokken, Milchsäurebakterien, Streptokokken) und Bifidobakterien. Andere in Probiotika oft verwendete Mikroorganismen sind Zuckerhefen, die zu den Schlauchpilzen gehören. Wurden Probiotika früher meistens für Darmbezogene Krankheiten verwendet, finden sie heute eine breite Anwendung mit einer Vielzahl möglicher Indikationen. In der Regel werden Probiotika oral eingenommen, sie können aber auch lokal auf Schleimhäuten angewendet werden, z.B. in Form von Lutsch- oder Vaginal-Tabletten.

Die Auswertung klinischer Studien kommt zu einem zwiespältigen Ergebnis, was die Wirksamkeit von Probiotika betrifft. Ein allfälliger Nutzen wird für das Reizdarm-Syndrom, Antibiotikabedingte Durchfälle bei Kindern und Scheideninfektionen diskutiert. Als allgemeine Regel kann empfohlen werden: Gesunde Menschen ohne Beeinträchtigung des Immunsystems oder anderen schweren Erkrankungen können Probiotika zur Unterstützung etablierter Therapien als alternative Therapieversuche einsetzen.



Eine nützliche, aber sehr aufwendige probiotische Therapie besteht in der Transplantation eines Teils der Darmflora von einem gesunden Spender auf einen kranken Empfänger („fäkale Darmfloratransplantation“). Diese Option hat einen etablierten Stellenwert bei der Behandlung hartnäckiger wiederkehrender Darminfektionen mit dem Bakterium *Clostridium difficile*.

Untenstehend findet sich eine tabellarische Zusammenfassung gängiger Probiotika aus unserer Apotheke und deren Preis pro Milliarde Mikroorganismen. Bei spezifischen Fragen zu diesen oder auch anderen Präparaten stehen wir Ihnen wie immer jederzeit zur Verfügung.

Produkt	Mikroorganismus	Inhalt	Anwendungsgebiete gemäss Hersteller	Preis / 1'000'000'000 Mikroorganismen
Bigaia®	Milchsäurebakterien	100'000'000 pro 5 Tropfen	Nahrungsergänzung bei Blähungen und Koliken im Kindes- und Säuglingsalter	12.60 CHF
Bioflorin®	Enterokokken	75'000'000 pro Kapsel	Normalisierung der Darmflora, Durchfall	8.50 CHF
Bioflorin® Immuno	Milchsäurebakterien	1'000'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung für Darm und Immunsystem	1.25 CHF
Burgerstein Biotics D	Bifidobakterien Milchsäurebakterien Zuckerhefen	Bakterien: 1'000'000'000 Hefen: 2'500'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung für den Darm	0.35 CHF
Burgerstein Biotics Fem	Milchsäurebakterien	2'500'000'000 pro Kapsel	Nahrungsergänzung für die Scheidenflora	0.45 CHF
Burgerstein Biotics G	Milchsäurebakterien Zuckerhefen	2'500'000'000 pro Beutel	Nahrungsergänzung für den Darm	0.80 CHF
Burgerstein Biotics O	Streptokokken	1'000'000'000 pro Beutel	Nahrungsergänzung für die Mundflora	0.90 CHF