

## Het belang van bacteriën

Inmiddels weten we dat ieder mens miljarden bacteriën bij zich draagt en dat die in hoge mate onze gezondheid meebepalen. Veel soorten bacteriën hebben we zelfs hard nodig. Steeds meer onderzoeken leggen relaties tussen microbioom, gezondheid en aandoeningen. De bacteriën die elk mens bezit, vormen een uniek eigen ecosysteem dat niet uit balans mag raken.

Is dat ecosysteem wél uit balans, dan zijn er vaak klachten over moeheid, lage weerstand, allergie uitbarstingen, depressiviteit, buik- en darmklachten. Heel vaak heeft dat een relatie met een of meer chronische ziekten.

## Wat kunt u doen

Gezonde voeding is erg belangrijk voor uw microbioom. Maar soms ontstaat een verstoring die met voeding niet te verhelpen is. Na een kuur antibiotica of chemotherapie, of een periode van langdurige stress of overbelasting, kan het microbioom zo uit balans zijn dat een behandeling nodig is. Dat gaat in drie stappen.

1. **Analyse.** In het Microbiome Center kunt u uw persoonlijke microbioom in kaart laten brengen en zien waar sprake is van disbalans of kwetsbaarheden. Een feces analyse geeft feitelijke informatie over de samenstelling van uw bacteriën en darmgezondheid, en indien nodig ook over andere medische gezondheids-parameters.
2. **Persoonlijke suppletie.** Waar uw microbioom kwetsbaar of schadelijk voor u is, kunt u bijsturen door specifiek voor u op maat samengestelde suppletie. Een steuntje in de rug geven aan bacteriesoorten die nuttig werk doen maar die met te weinig zijn om effect te hebben. Voor mensen die een fecestransplantatie overwegen maar te riskant vinden, kan gerichte microbiosuppletie een uitkomst zijn. Persoonlijke suppletie vindt altijd plaats door een geregistreerde arts.
3. **Monitoring.** Nadat u bent begonnen met het persoonlijke microbiosuppletie en / of voedingsadvies zijn uw klachten en bevindingen bij te houden in een persoonlijke app. Hierdoor kan het inzichtelijker worden voor zowel u als voor uw arts of uw klachten zijn verminderd.

## Wat is het Microbiome Center

Voor een behandeling op maat is een geregistreerde arts noodzakelijk. Het Microbiome Center is een kenniscentrum dat als spil functioneert in een netwerk van BIG-geregistreerde artsen die persoonlijke behandelingen geven.

### Verdere informatie?

Op de website [www.microbiome-center.nl](http://www.microbiome-center.nl) kunt u nadere informatie vinden over artsen en behandellocaties.

### Vragen?

office@microbiome-center.nl  
KvK 70245304