

# Microbioom en Leefstijl

## *informatie voor artsen*



### **Waarom zou u zich hierin verdiepen?**

Het bewijs groeit dat het microbioom, ieders eigen ecosysteem van microbiota, in hoge mate de gezondheid meebepaalt. Steeds meer onderzoeken leggen relaties tussen microbioom, voeding, leefstijl, gezondheid en aandoeningen.

- ❖ Bacteriën zorgen voor de vertering van voeding en opname van voedingsstoffen.
- ❖ Bacteriën zorgen voor vele signaalstoffen en werken daardoor regulerend op o.a. het immuunsysteem, het hormonale systeem, het zenuwstelsel en de hersenfunctie.

In deze samenhang heeft iedereen een uniek ecosysteem dat niet uit balans mag raken; en dat mede door voeding en leefstijl wordt beïnvloed.

### **Welke patiënten kunt u ermee helpen?**

Patiënten met een diffuus of complex klachtenpatroon. Moeheid, buikpijn, hoofdpijn, stoelgangproblemen, spier- of gewrichtspijn, vergeetachtigheid, lusteloosheid. Uit de eerste ervaringen blijkt dat 50% van de patiënten met diffuus of complex klachtenpatroon baat heeft bij een interventie gericht op het microbioom.

Deze klachten zijn vaak gerelateerd aan chronische ziekten zoals Diabetes, Dyslipidemia, Encefalytis, Ulceratieve colitis, Rheuma, Allergie, Atherosclerose, Hart- en longklachten, Immunziekte. Met regelmaat komen publicaties uit die indiceren dat chronische aandoeningen kunnen worden verlicht of zelfs verholpen via het microbioom.

### **Gepersonaliseerde microbioom behandeling**

Het Microbiome Center biedt BIG-geregistreerde artsen een netwerk van kennis en logistiek om microbioom behandeling op maat te geven:

- **Analyse.** PCR feces analyse van de feitelijke samenstelling van iemands microbioom.
- **Interventie.** Recept op maat, door de arts voorgeschreven met gebruik van een uitgebreide kennisbank en bereid door een geregistreerde apotheker.
- **Effectmonitoring.** Gezondheidseffecten meten met behulp van een mobiele app.

### **Geaccrediteerde masterclasses**

Omdat de kennisontwikkeling zo recent is, heeft vrijwel geen arts in de opleiding kennis meegekregen over voeding en bacteriewerking in het menselijk lichaam. Omdat het bewijs zich opstapelt, wordt er nascholing verzorgd.

De vereniging Arts en Leefstijl organiseert samen met het Microbiome Center masterclasses waarin *op basis van wetenschappelijke publicaties* wordt besproken wat we wel en wat we niet weten over het microbioom, mede in relatie tot het genoom, het viroom, leefstijl, voeding en stofwisseling. Er is accreditatie toegekend.

### **Contact**

Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden voor een masterclass? [office@microbiome-center.nl](mailto:office@microbiome-center.nl)