



# SIBO - Erfolgreich mit individueller Diagnostik und Therapie

## SIBO - Was ist das?

SIBO (Small Intestinal Bacterial Overgrowth) ist eine bakterielle Überwucherung des Dünndarms, die sich durch gastrointestinale und systemische Beschwerden zeigt. Sie entstehen durch übermäßige Gärungen im Dünndarm sowie den irregulären Abbau von Gallensäuren, was die Fettaufnahme vermindert und toxische Stoffwechselprodukte erzeugen kann.

## SIBO - Typische Symptome

- Blähungen und Fettstühle <sup>(1, 3)</sup>
- Blähbauch kurz nach dem Essen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Müdigkeit
- Allgemeines Unwohlsein
- Hungergefühl direkt nach dem Essen

## SIBO - Die Ursachen

Physiologisch sind im Dünndarm wenig Bakterien zu finden. Dafür sorgen die Magensäure und die fortwährende Entleerung in den Dickdarm. Störungen dieser beiden Verdauungsfunktionen können SIBO erzeugen <sup>(1,2)</sup>. Mögliche Ursachen sind

- Dauerstress
- Gastrointestinale Infektionen
- Einnahme von Antazida
- Ungesunde Ernährung mit hohem Zucker-, Weißmehl- oder Alkohol-Konsum
- Essen vieler kleiner Portionen über den Tag verteilt

## SIBO - Die Prävalenz

SIBO ist vermutlich sehr häufig. Die Abgrenzung von SIBO zum Post-prandialen-Distress-Syndrom und zum Reizdarmsyndrom sind jedoch schwierig. Und es kann sein, dass beide Syndrome mit SIBO vergesellschaftet vorkommen bzw. SIBO sogar ihre Ursache ist. Der Vorteil: Die SIBO-Pathomechanismen sind bekannt und können behandelt werden, damit bieten sich neue Therapieoptionen.

## SIBO - Die Diagnose

- Anamnese – unverzichtbar! Fragen Sie gezielt nach den typischen SIBO-Symptomen wie Blähungen, Blähbauch nach dem Essen und Fettstühlen.
- Laktulose-Atemtest – effektive Methode zur Bestätigung einer SIBO, in der Durchführung etwas anspruchsvoll, liefert jedoch bei SIBO meist gute Hinweise auf einen H<sub>2</sub>- und/oder Methan-Anstieg in der Atemluft.
- Mikrobiomanalyse – weist gasbildende Bakterien und ein typisches SIBO-Profil nach (hoher pH-Wert, hoher Fettgehalt, wenig immunogene Bakterien, ggf. undichter Darm), ideale Grundlage für eine individualisierte Therapie mit Pro- und Präbiotika.

### Literatur

(1) F. R. Ponziani, V. Gerardi, A. Gasbarrini, Expert Review of Gastroenterology & Hepatology. 10, 215–227 (2016).

(2) T. G. Williams, L. E. Drake, Integr Med (Encinitas). 19, 32–36 (2020).

(3) E. M. M. Quigley, J. A. Murray, M. Pimentel, Gastroenterology. 159, 1526–1532 (2020).



## SIBO - Jede ist anders!

So individuell ein Darmmikrobiom ist, so individuell ist die SIBO von Betroffenen. Die Konsequenz daraus ist klar: Es kann nicht die eine Therapie für alle geben. Es ist in jedem einzelnen Fall wichtig, die Überbesiedelung genau zu kennen und die richtigen Bakterienstämme in der richtigen Dosierung für die Therapie zu nutzen. Im Normalfall haben SIBO-Betroffene weitere gesundheitliche Probleme und Symptome. Daher ist es für den Behandlungserfolg wichtig, sich nicht nur auf SIBO zu konzentrieren, sondern alles in ein gezieltes, personalisiertes Therapiekonzept einzubeziehen.

## Microbiome Center

- vereint Wissen und Erfahrung zu SIBO und dem Darmmikrobiom
- hat viele aus der Forschung bekannte und für SIBO optimierte Bakterienstämme (z. B. *Bacillus subtilis*, *Bacillus clausii* UBBC-07, *Bacillus coagulans* Unique IS-2 u. a.)
- bringt die richtigen Menschen und Organisationen zusammen und hat so ein einmaliges Konzept zur Diagnostik und Therapie von SIBO geschaffen

Microbiome Center macht es möglich, eine individuelle SIBO-Therapie zu verschreiben, in die auch weitere Gesundheitsbeschwerden der Betroffenen einbezogen werden können.

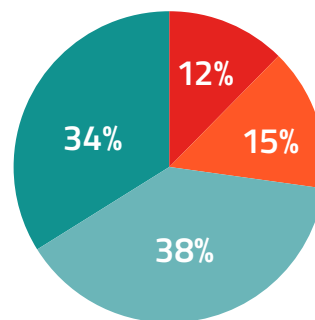


## SIBO - Der Erfolg!

Analysen zeigen: 72 % der SIBO-Betroffenen erreichen eine gute bis sehr gute Verbesserung ihrer Symptomaten.

Das bedeutet...

SIBO – individuelle Behandlung ist wichtig und wirksam!



# 72 %

gute bis sehr gute Verbesserung

- Score: 1 (Keine Wirkung)
- Score: 2-5
- Score: 6 of 7
- Score: 8-10 (Hervorragende Wirkung)



## Mehr Informationen

Scannen Sie diesen QR-Code und erfahren Sie mehr über das Microbiome Center.