



Inflationäre Probiotika-Therapie

Viel Humbug, kaum Vernunft

Als Nahrungsergänzungsmitteln werden Probiotika teils mit haarsträubenden Argumenten angepriesen. Die Reise der meisten Probiotika geht jedoch vom Mund direkt zum Anus ohne viel auszurichten, weder für die Darmflora noch für uns. Vernünftig angewendet können sie jedoch zur Erholung einer infektiösen Diarrhö beitragen oder die post-infektiöse Enteropathie, auch in Verbindung eines Diarrhö dominanten Reizdarms, verbessern.

«Mein lieber Sebastian, du kannst nicht einfach an etwas glauben, nur weil eine hübsche Idee dahinter steckt.» –
 «Aber so glaube ich nun einmal.»
 (Brideshead Revisited by Evelyn Waugh)

Das Zitat aus der englischen Literatur steht in einem klassischen Roman, der sich vor dem Zweiten Weltkrieg abspielt und die Geschichte von Charles Ryder erzählt, der sich als Kind der Unterschicht mit einer aristokratischen Familie anfreundet. Das Zitat fällt als Antwort auf eine Bemerkung des zufällig betrunkenen aristokratischen Sprössling Sebastian Flyte, der sich einzig und allein zum Christentum bekennt, weil er an der Idee des Ochsen und Esels und den Weisen aus dem Morgenland Gefallen findet. Entschieden stellt sich Ryder dagegen, auch weil ihm die hier erlebte Verschwendungssucht kurz vor dessen Umsturz im Krieg fremd ist.

Der Glauben ohne Anhaltspunkte, das Missfallen gegen das Establishment im Vorfeld eines möglichen Umsturzes, können thematisch ebenfalls auf die Rolle der krankmachenden Darmmikroben gemünzt werden. Während die Ärzte versuchen, sich der neu aufgestellten Medizindoktrin zu stellen, fragen sie sich: Sind wir hier der Ochs, der Esel oder die Weisen?

Wir glauben heute alle mehr oder weniger an die guten Darmbakterien. In der Tat gehen 90% unserer Zellen und 99% unserer Gene auf das Konto der Prokaryoten in unserem Darm. Im Grunde genommen sind wir mikrobiologische Kulturen auf zwei Beinen. Deshalb ist es für unser Selbstbewusstsein wichtig, an gute Bakterien glauben zu können. In der Ausbildung wurden wir terrorisiert mit Übersichten, in denen alle möglichen biochemischen Reaktionen auf einer enormen Tafel vereint waren. Doch die Dozenten verschwiegen uns (Ich war einer von ihnen und muss dafür Verantwortung übernehmen), dass die meisten Reaktionen nur in Bakterien ablaufen können. Dem folgt, dass unser Stoffwechsel auf gute Bazillen angewiesen ist.

Daraus folgt, je mehr gute Bazillen wir haben, desto besser. Eine kurze Internetsuche bestätigt dies. Probiotika sind die Panazee, das Universalmittel unserer Zeit, die ehrwürdigen Nachfolger von Blutegel, Aderlass, Ginseng, Homöopathie, willkürlich verabreichter Antibiotika oder Anti-TNF-Infusionen bei Morbus Crohn mit Stenosen. Hilft nichts anderes, greift man zu Probiotika. Befürworter finden Publikationen mit der Behauptung, Kinder, das Immunsystem, die geistige Gesundheit, Mundflora und Zähne profitierten davon. Sie seien wirksam gegen Lungenkrebs, Asthma, Influenza, Atherosklerose, hohen Blutdruck, Leberzirrhose, Magengeschwüre, Lebensmittelvergiftung, chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED), Dickdarmkrebs, Zervixkarzinom, Dermatitis usw., usw. (vgl. <http://probiotics.org/benefits>). Welch eine Liste! Im Bemühen, eine Erkrankung zu finden, die nicht übermässig davon profitieren kann, googelte ich «Wegener's Granulomatose UND probiotischer Vorteil». Doch ich erhielt 216 000 Einträge. Verzweifelt, aber in religiöser Gesinnung dachte ich, der alttestamentarische hohe Priester Melchisedech werde in Zusammenhang mit Probiotika kaum einen Eintrag schaffen. Doch ich erhielt 32 000 Einträge, allerdings wohl, weil sich hier der Esoteriker Drunvalo Melchizedek einschleicht.

Nun werden diese guten Bakterien auf einer «allgemein anerkannten sicheren Grundlage» vermarktet, selbst wenn an ihre breite Wirksamkeit im Allgemeinen nicht geglaubt wird, zumindest nicht von den Weisen. Die Idee dahinter ist, eine sichere Grundlage für Behauptungen auf den Verpackungen zu schaffen. Was wahrscheinlich mehr Arbeit für Anwälte als für Wissenschaftler nach sich zieht. Ich war selbst einmal in den USA Mitglied in einem Ausschuss, der über Marketingregeln für probiotische Präparate diskutierte. Wie vermutet, wehrten sich die Probiotika Marketingvertreter vehement dagegen, für ihre Präparate ein Zulassungsverfahren zu akzeptieren, wie es für Medikamente gefordert wird.

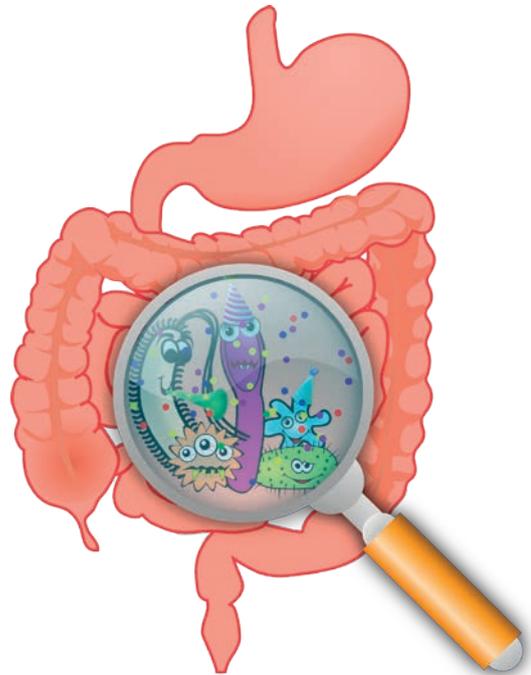
Probiotika sind oft, aber nicht immer harmlos. Wir haben

Patienten, die nehmen so viele Probiotika intus, dass sie Symptome der «pseudobakteriellen Überwucherung» aufweisen, wie unsere Kulturen beweisen. Und zwar deshalb weil ihr Dünndarm mit einer grossen Zahl unverdaubaren lebenden Mikroorganismen kontaminiert ist. Das Problem wird zusätzlich verschärft, falls die Magensäure zusätzlich ab und zu über Protonenpumpeninhibitoren neutralisiert wird.

Als Probiotika- oder Gutebakterien-Atheist wäre man dennoch ein Ochs oder Esel. Gute Bakterien können tatsächlich helfen. Obschon sauber randomisiert kontrollierte Tests in vielen Fällen, inklusive bei CED, enttäuschend ausfallen, können hingegen Probiotika zur Erholung einer infektiösen Diarrhö beitragen. Vernünftig eingenommen verbessern sie die Behandlung post-infektiöser Enteropathie, auch in Verbindung eines Diarrhö-dominanten Reizdarms.

Das eigentliche Problem besteht darin, dass die Mikrobekonsortien im Darm äusserst empfindlich ausbalanciert sind und sie in einer vollständig ausgefüllten Nische leben. Sozusagen in einer überbevölkerten, von engen Beziehungen gezeichneten Stadt, welche Marrakeschs Gassen als spärlich frequentiert erscheinen lassen. Über ihre Netzwerkkallianz tauschen unsere Darmbakterien in einer bestimmten Harmonie ihre Chemikalien aus, doch lieben sie keine Eindringlinge. Die Migrationspolitik der Schweiz ist derart, dass kein Immigrant zufällig ein leeres Haus für sich und seine Familie findet. Jene im Darm ist bedeutend strikter: Als Mikrobe muss man extrem fett sein, um sich eine Bleibe für die Fortpflanzung zu erkämpfen, sonst endet man in der Toilette. Die Reise der meisten Probiotika geht vom Mund direkt zum Anus ohne viel auszurichten, weder für die Darmflora noch für uns.

Wenn ein Krieger kaum genügt, wie wäre es mit einer ganzen Armee? Dafür drängt sich die Stuhltransplantation auf. Das Internet ist voller Laienratschläge mit Anleitungen für den Heimgebrauch (thepowerofpoop.com/.../fecal-transplant-instruction..). Und so geht's: Menschliche Fäkalien werden homogenisiert und rektal infundiert (nebst HIV und Hepatitis B/C, falls man nicht vorsichtig ist). Kaum überraschend ist dies in einigen Fällen mehr, in anderen weniger erfolgreich. Wir führen im Inselspital Stuhltransplantationen für Patienten mit rezidivierenden



Gute und böse Darmbakterien (Grafik: OpenClips/pixabay.com)

Clostridium difficile durch, vorausgehend mit einem detaillierten Screening des Spenders, dazu mit mikrobiologischen nachfolgenden Kontrollen von weitaus anspruchsvollerem Ausmass, als die Powerofpoop-Website oben rät. Die Transplantation ist eine auf Empirie basierende Vorkehrung, auch wenn unser Team und andere an Grundlagen arbeiten, um zu verstehen, warum es wirkt oder versagt. Wir entwickeln momentan systematische Präparate, welche die Infektrisiken unbestimmter mikrobiologischer Mixturen ausschliessen.

Letztlich sind Interaktionen zwischen uns und unserer Darmflora viel mehr als nur eine nette Idee. Sie finden tatsächlich statt und sind ausschlaggebend für Krankheiten, deren Verlauf wir in vieler Hinsicht zu ändern hoffen. Leider ist die Darmflora immens komplex und offenkundig schwierig zu manipulieren. Die technischen Herausforderungen werden wir meistern, aber wie bei vielem in der modernen technischen Medizin, müssen wir die Abläufe entlang rationaler Richtlinien aufgrund sauberer Tests standardisieren. Hören wir auf, wie wir begonnen haben mit dem Zitat eines Engländers namens Ryder, diesmal nicht mir Charles, sondern Samuel, dem Gründer des berühmten Ryder Cup «Falls man will, kann man, mit geschlossen Augen und wildem Schwung, den Golfball schlagen. Aber so wird man ihn kaum je in ein Loch schiessen, geschweige denn ein Turnier gewinnen.»