

## Faktenblatt: Probiotika

September 2019

### Methode/Wirkstoff

Probiotika werden eingesetzt, um die natürliche Darmflora aufzubauen bzw. zu stabilisieren. Das natürliche Gleichgewicht zwischen verschiedenen Bakterienstämmen im Darm trägt zur normalen Darmfunktion bei. Auch auf das Immunsystem scheint es positive Wirkungen zu geben.

Zu den probiotischen Bakterienarten gehören Lactobacillus, Bifidobacterium, Eccherichia, Enterococcus, Bacillus und Streptococcus.

### Einfluss auf den Verlauf der Tumorerkrankung

Erste Untersuchungen deuten auf einen positiven Einfluss von Probiotika auf das Überleben bei Patienten mit Harnblasenkrebs hin.

Eine kleine Studie untersuchte Patientinnen mit einer Vorstufe von Gebärmutterhalskrebs und berichtet dort häufiger Rückbildungen. Keinesfalls ist dies aber ein Ersatz für die regelmäßige Untersuchung beim Frauenarzt oder eine notwendige Therapie, um ein Fortschreiten zu Krebs zu verhindern.

### Wirksamkeit bei Beschwerden

Mehrere Untersuchungen zeigen, dass Probiotika positive Effekte bei Durchfällen unter Chemo- oder Strahlentherapie haben können. Nach einer Operation scheint der Einsatz von Probiotika zur Vermeidung von Infektionen sinnvoll zu sein.

## **Wechselwirkungen**

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

## **Nebenwirkungen**

Nebenwirkungen sind extrem selten.

Bei Patienten mit einer sehr starken Verminderung der Abwehrkräfte unter einer hochdosierten Chemotherapie kann es durch die für Gesunde harmlosen Bakterienstämme zu einer Infektion kommen.

## **Kontraindikationen**

Es sind keine Kontraindikationen bekannt.

## **Fazit**

Probiotika in Form von Nahrungsmitteln aus vergorenen Milchprodukten wie Joghurt sind eine natürliche Möglichkeit, die Darmflora günstig zu beeinflussen. Probiotika können dazu beitragen, dass unter einer Chemotherapie weniger Durchfälle auftreten, sie sind bei Durchfällen aber kein Ersatz für notwendige Medikamente.