



Die Krebsbehandlung führt häufig zu schweren Schäden am Darm. Zytostatika, Antibiotika, Kortisone oder Strahlen können die lebenswichtige Darmflora ganz oder teilweise zerstören. Dadurch wird die Funktion unseres Immunsystems erheblich geschwächt und der Heilungsprozess beeinträchtigt. Dann kann eine Regulation der Darmflora, die Mikrobiologische Therapie, auch Symbioselenkung oder Darmsanierung genannt, eine hilfreiche und sinnvolle Ergänzung einer biologischen Behandlung sein. Ihr Ziel ist die Beseitigung therapiebedingter Schäden, eine Normalisierung der Darmfunktion, eine Anregung des Stoffwechsels, eine Entlastung des Körpers von Schad- und Giftstoffen und dadurch eine Regenerierung und Stärkung der Abwehrkräfte.

Bei der Darmregulierung werden neben einer ballaststoffreichen Vollwert-Ernährung gezielt jene Darmbakterien zugeführt, die zur gesunden, natürlichen Darmflora gehören und die für unser Wohlbefinden und die Gesundheit unerlässlich sind.

Inzwischen ist bekannt, dass die Darmflora sogar in der Krebsentstehung, dem Tumorwachstum und der Wirksamkeit von onkologischen Therapien und dem Rückfallrisiko eine Rolle spielt. Es gibt Hinweise darauf, dass der Erfolg einer Krebstherapie unter anderem auch dadurch bestimmt wird, wie die Darmflora (sog. Darmmikrobiom) zusammengesetzt ist, also wie artenreich es zum Beispiel ist oder welche Bakterien dort vermehrt oder vermindert vorhanden sind.

Das Deutsche Ärzteblatt titelte dazu bereits im Jahr 2017: „Krebstherapie, Immunsystem und Mikrobiom – das künftige Triumvirat“ (*Siegmund-Schultze N/Dtsch Arztebl 2017*), nachdem bereits mehrere Studien die Bedeutung der Darmflora in der Krebsmedizin hervorgehoben hatten.

## Die Bedeutung der Darmflora

Unser ganzer Darm ist mit mehr Mikroorganismen (Kleinstlebewesen, vor allem Bakterien) besiedelt, als der Körper Zellen hat. Es sind etwa 500 verschiedene Arten, die zu vielen Billionen an den inneren Schleimhäuten des Darms nisten. Die Gesamtheit dieser Mikroorganismen wird als „Darmflora“ bezeichnet. Sie existieren von der Nahrung, die wir aufnehmen. Sie leben mit uns und wir mit ihnen in einer Symbiose. Dafür leisten sie uns gute Dienste:

Erst durch Darmbakterien werden viele Nahrungsteile aufgeschlossen und für den menschlichen Körper verwertbar gemacht.

Sie bilden einige Vitamine und essentielle Fettsäuren, die vor krebszerregenden Schadstoffen schützen.

Sie errichten an der Darmwand eine Abwehrfront gegen Viren, Bakterien oder Pilze und verhindern, dass es zu Infektionen kommt.

Durch das Zusammenwirken von Darmbakterien und Immunzellen erhält unser Abwehrsystem ständig neue

Informationen und Impulse.

Diese Symbiose ist nur möglich, wenn die Mikroorganismen im Darm in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen und so gewährleistet wird, dass sich nicht schädliche Keime an Stelle der nützlichen ausbreiten. Eine Darmregulierung bezweckt, dieses natürliche Gleichgewicht der Darmflora wiederherzustellen.

## Der Darm als Immunorgan

Die Rolle, die der Darm für ein optimal funktionierendes Immunsystem spielt, ist erst in den letzten Jahren aufgeklärt worden. Man spricht auch von einem „darmassoziierten Immunsystem“. Der Darm ist das größte Immunorgan des Körpers. 80 % aller Abwehrzellen sind im Darmbereich tätig. Hier liegen auch die meisten Lymphknoten und das nicht ohne Grund: Der Darm ist die größte Berührungsfläche des Körpers mit der Umwelt. Hier können die meisten Schadstoffe in den Organismus übertreten. Die Haut bietet der Umwelt 2 Quadratmeter Kontaktfläche, die Lunge mit ihren vielen Verästelungen hat eine Oberfläche von etwa 80 Quadratmetern, beim Darm sind es jedoch - würde man ihn innen glätten können - rund 300 Quadratmeter, die Fläche eines Reihenhauses.

Es ist einleuchtend, dass hier die Masse der Abwehrkräfte konzentriert ist. Einmal sollen sie verhindern, dass mit der Nahrung aufgenommene Schadstoffe oder Krankheitserreger in den Körper gelangen. Darüber hinaus gehen von den Immunzellen im Darmbereich wichtige Impulse für das ganze Immunsystem aus. Rund 70 % seiner Leistung sind auf den ständigen Kontakt mit den Mikroben der Darmflora und den mit der Nahrung aufgenommenen Erregern zurückzuführen. Über den Darm findet so ein ständiges und notwendiges Immuntraining statt.

Die Abwehrzellen am Darm sind oft die ersten, die mit fremden, möglicherweise gefährlichen Substanzen aus der Umwelt in Berührung kommen. Sie entwickeln Abwehrstrategien und melden das den Leit- und Steuerzellen des Immunsystems. In bestimmten Lymphknoten des Darms werden außerdem B-Lymphozyten und Antikörper auf ihre Abwehraufgaben vorbereitet. Durch die Immunzellen in und am Darm wird also unser Abwehrsystem ständig auf dem neuesten Stand gehalten, angeregt und aktiviert.

## Störungen der Darmflora

Der Darm verfügt normalerweise über eine große Fähigkeit zur Selbstregulation. Kurzfristige Belastungen und Störungen kann er bald wieder ausgleichen. Dauern die schädlichen Einflüsse jedoch lange an oder sind sie sehr massiv, kommt es zu Veränderungen der Darmflora. Pathogene (schädliche) Keime können sich ausbreiten und die nützlichen Mikroorganismen verdrängen. Infolgedessen werden vermehrt leberbelastende Stoffwechselgifte, wie zum Beispiel Ammoniak gebildet, das etwa 1000-mal giftiger als Alkohol



ist und den Energiestoffwechsel und den Säureabbau in der Leber blockiert.

Das kann die Gesundheit erheblich beeinträchtigen. Zu solchen schädlichen Faktoren gehören:

- **Langfristig** Fehlernährung, besonders der Verzehr von zu viel Eiweiß, Fett und Zucker, bei meist gleichzeitigem Mangel an Ballaststoffen.
- **Kurzfristig** Vor allem Behandlungen mit Antibiotika, Chemotherapeutika, Kortison oder Bestrahlungen.

Durch falsche Ernährung oder aggressive Therapeutika werden vor allem die „nützlichen“ Darmkeime geschädigt. Weniger nützliche oder gar schädliche Keime können sich vermehren. Aus der Symbiose wird eine Dysbiose. Die Folgen einer gestörten Darmflora bleiben nicht auf die Verdauung beschränkt. Die Fremdkeime scheiden giftige Stoffwechselprodukte aus. Diese Toxine und andere Schadstoffe gelangen auch in den Körper und begünstigen Erkrankungen.

- Im Darm entwickeln sich schädliche, oft kanzerogene, also krebsfördernde Stoffe. Die Ansiedlung von Pilzen wird gefördert (Darmmykosen).
- Es entsteht eine Neigung zu Durchfällen oder Verstopfung. Es kommt zu Verdauungsstörungen, zu Dyspepsien. Entzündungen des Darms werden gefördert. Der Organismus wird nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgt.
- Gelangen aus dem Darm zu viele Abfall- und Schadstoffe in den Organismus, werden die Entgiftungsorgane (Nieren, Leber) überfordert. Das schwächt den Stoffwechsel und die Abwehrkraft.

### Schwer wiegt die Beeinträchtigung des Immunsystems.

Es muss alle Reserven aufbieten, um am Darm die Erreger und ihre Gifte abzuwehren. Andere „Abwehrfronten“ wie die gegen Krebs werden geschwächt. Aus dem Darm kommt es zu Fehlimpulsen an das Immunsystem. So kommt es, dass der Mensch anfällig wird für Allergien, Rheuma, Hautleiden, Infektionen und vielfältige Gesundheitsstörungen. Zu den Anzeichen für eine gestörte Darmflora gehören Blähungen, Aufstoßen (Meteorismus), Flatulenzen (Winde), Darmkrämpfe oder Koliken sowie schmieriger, übelriechender Stuhl.

### Diagnose und Therapie

Eine genaue Diagnose ist schwierig. Meist werden frische Stuhlproben auf ihren Keimgehalt und dessen Zusammensetzung untersucht. Aufschlussreich sind aber auch die Anamnese, die Deutung der Beschwerden und das Gespür des Therapeuten.

Die Behandlung besteht in abgestuften Maßnahmen, je nach der Schwere des Krankheitsbildes:

- Umstellung der Ernährung auf eine an Ballaststoffen reiche Kost (z. B. Haferflocken), die von bestimmten Darmbakterien verstoffwechselt werden und das Gesamtmilieu stärken, so dass weniger gute Bakterien erst gar keine Wachstumsbedingungen erhalten. Außerdem soll die Ernährung möglichst zuckerfrei sein sowie tierische Eiweiße und Fette nur beschränkt enthalten.
- Je nach Stuhlbefund gezielte Beseitigung pathogener Keime im Darm, etwa durch Anti-Pilz-Mittel.

- Gabe von Vitaminen oder anderen Nahrungsergänzungen, um die Verdauung und den Stoffwechsel zu normalisieren (Blutspiegel von Selen, Vitamin D und Vitamin B12 bestimmen lassen). Außerdem an die Zufuhr von entzündungshemmenden Omega-3-Fettsäuren denken (z. B. Fischöl, Algenöl).
- Zufuhr von „Präbiotika“, das sind nicht verdaubare Lebensmittelbestandteile, die das Wachstum und die Aktivität bestimmter Darmbakterien fördern - etwa Ballaststoffe wie Inulin und Oligofruktose oder resistente Stärke (abgekühlte Kartoffeln, Nudeln oder Reis, Haferflocken, Erbsen oder nicht ganz reife Bananen).
- Zufuhr von nützlichen Darmkeimen, die eigentliche „probiotische“ Therapie. Die Präparate enthalten die nützlichen Bakterien in vermehrungsfähiger Form. Am besten orientiert sich die individuelle Gabe an einem Stuhlbefund. Denn Probiotika sind ungezielt eingesetzt nicht immer sinnvoll und nicht immer harmlos. Vielmehr sind es immunologisch wirksame Substanzen und sollten daher insbesondere von onkologischen Patienten nicht einfach so als Nahrungsergänzung eingenommen werden, sondern nur nach vorheriger Rücksprache mit dem behandelnden Arzt.

**Die Behandlung** hat keine nennenswerten Nebenwirkungen. Sie erfordert jedoch Geduld, da nicht in wenigen Wochen in Ordnung gebracht werden kann, was oft jahrelang gestört wurde. Meist dauert die Behandlung 6 Monate.

Bitte beachten: Unter Chemotherapie werden Lebendbakterien normalerweise nicht eingesetzt, sondern erst nach Abschluß der Therapie. Treten während einer Chemotherapie Durchfälle auf, kann die Gabe von „Postbiotika“ (inaktivierte Darmbakterien/ Stoffwechselextrakte: Prosymbioflor®, ColibioGen®) sinnvoller sein. Bitte besprechen Sie dies mit Ihren behandelnden Ärzten.

Bei chronischen Darmbeschwerden nach Chemotherapie ist es sinnvoll, eine Bestimmung der Darmflora durchzuführen, am besten 6-8 Wochen nach Abschluß der Chemotherapie. Hier kann dann der gezielte Einsatz von Prä- und Probiotika hilfreich sein, und natürlich eine vollwertige Ernährung, aber auch je nach Beschwerdebild der Einsatz von Phytotherapeutika (z. B. Myrrhe bei Durchfällen).

Die Vollwerternährung sollte je nach Verträglichkeit auch unter einer Chemotherapie beibehalten werden.

Pflanzenfasern und milchsäure Lebensmittel wie Joghurt, Sauermilch, Kefir, Sauerkraut oder milchsauer vergorene Extrakte (Brottrunk®, Rechtsregulat®, RegEnergetikum®) fördern und erhalten eine gesunde Darmflora.

Die Vollwerternährung sollte je nach Verträglichkeit auch unter einer Chemotherapie beibehalten werden.

Pflanzenfasern und milchsäure Lebensmittel wie Joghurt, Sauermilch, Kefir, Sauerkraut oder milchsauer vergorene Extrakte (Brottrunk®, Rechtsregulat®, RegEnergetikum®) fördern und erhalten eine gesunde Darmflora.

**In der Krebsmedizin** soll diese Behandlung die Wirksamkeit einer Immuntherapie unterstützen. Sonst wird die Mikrobiologische Therapie vor allem bei Neurodermitis, entzündlichen Darmliden, chronischer Verstopfung, bei Rheuma, Allergien oder ständigen Infektionen angewandt.



Verantwortlich für den Inhalt:

© GfBK e. V., August 2024  
Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr ist ein eingetragener Verein zur Förderung ganzheitlicher Therapien.

Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr (GfBK) e. V.

Voßstraße 3, 69115 Heidelberg  
Tel: 06221-13 80 20  
E-Mail: [information@biokrebs.de](mailto:information@biokrebs.de)  
[www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de)

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende.

Volksbank Kurpfalz  
IBAN: DE17 6709 2300 0033 2384 01  
BIC: GENODE61WNN