

Pressemitteilung

Danone GmbH

Marion Fürst

05.02.2009

<http://idw-online.de/de/news299708>

Forschungsergebnisse, Forschungsprojekte
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin
überregional

Probiotischer Joghurt hilft, den Bauchumfang bei Blähbauch zu verringern

München, 5. Februar 2009 - Eine kürzlich veröffentlichte Studie belegt, dass durch den regelmäßigen Verzehr eines mit *Bifidobacterium lactis** DN-173 010 fermentierten Milchproduktes (Activia) allgemeine mit dem Reizdarmsyndrom assoziierte Beschwerden wie Blähbauch signifikant verbessert werden können. So wurde die maximale Bauchdehnung der Frauen, die an der Studie teilgenommen haben, um durchschnittlich 4,1 cm reduziert[1]. Die verdauungsregulierende Wirkung von Activia bei einer langsamen Transitzeit wurde bereits in zahlreichen klinischen Studien mit dem Produkt nachgewiesen**.

Im Allgemeinen erfolgen bei jedem Menschen Änderungen der Bauchdehnung über den Tag, jedoch sind diese bei Reizdarmpatienten stärker ausgeprägt. Das Reizdarmsyndrom kann als Modell für Patienten mit funktionellen Verdauungsbeschwerden dienen - hierbei lassen sich neue Erkenntnisse sammeln, wie in der Praxis diesen Beschwerden begegnet werden kann.

Reizdarmsyndrom: Ein Problem ohne Lösung?

Etwa ein Viertel der Bevölkerung sind von funktionellen Verdauungsbeschwerden wie Obstipation, Reizmagen oder Reizdarmsyndrom betroffen, berichtete Prof. Krammer. Patienten mit einem Reizdarmsyndrom berichten über diffuse abdominale Schmerzen, Obstipation oder Diarrhö (oder beides im Wechsel) sowie Meteorismus und Flatulenz. Die Zunahme des Bauchumfangs - der sogenannte Blähbauch - ist ebenfalls oft mit dem Reizdarmsyndrom assoziiert, kann aber auch ein unspezifisches Symptom funktioneller Verdauungsbeschwerden sein und ist häufig mit einer verzögerten Darmpassage verbunden. Hiervon sind vor allem Frauen betroffen, die sich dann oftmals zusätzlich zu den körperlichen Beschwerden unattraktiv fühlen.

Spezialgürtel misst Bauchumfang

Probiotika werden sowohl in Medikamenten, aber auch in Lebensmitteln wie beispielsweise probiotischen Milchprodukten eingesetzt. Nur ausgewählte probiotische Lebensmittel verfügen über die entsprechenden wissenschaftlichen Daten in Form klinischer Studien. Dr. Stefan Jakob (Danone Research, Frankreich) stellte als Mitautor eine kürzlich publizierte, randomisierte klinische Doppelblindstudie vor: "Studienziel war es, den Einfluss des regelmäßigen Verzehrs eines mit *Bifidobacterium lactis** DN-173 010 fermentierten Milchproduktes auf den Bauchumfang bei Blähbauch und die mit dem Reizdarmsyndrom einhergehenden Symptome bei Patienten mit verstopfungsdominiertem Reizdarmsyndrom zu evaluieren." In die Studie wurden 34 Frauen (Alter: 20 - 69 Jahre) eingeschlossen. Die Studienteilnehmerinnen verzehrten 28 Tage lang täglich entweder zwei funktionelle Joghurts oder ein Kontrollmilchprodukt. Zu Beginn und am Ende der Verzehrperiode wurde für jeweils 24 Stunden der Bauchumfang mit Hilfe eines speziell entwickelten Gürtels bestimmt (abdominale Induktionsplethysmographie) und dabei bereits Veränderungen im mm-Bereich kontinuierlich registriert.

Signifikante Abnahme der maximalen Bauchdehnung

Es konnte gezeigt werden, dass der tägliche Verzehr des funktionellen Joghurts allgemeine mit dem Reizdarmsyndrom assoziierte Beschwerden wie Blähbauch signifikant verbessert. In der Interventionsgruppe zeigte sich eine deutliche Abnahme der maximalen Bauchdehnung um 77,3 % im Vergleich zum Ausgangswert. In der Kontrollgruppe war lediglich eine Änderung um 28,6 % zu beobachten. Dies entspricht einer absoluten Reduktion der maximalen Bauchdehnung in der Interventionsgruppe um durchschnittlich 4,1 cm im Vergleich von nur 2,5 cm in der Kontrollgruppe. Als weiteres Ergebnis der Studie wurde in der Interventions-Gruppe der Grad der allgemeinen Verdauungsbeschwerden signifikant vermindert ($p < 0,05$). Hierzu Dr. Stefan Jakob: "Die Studienergebnisse erweitern die Gesamtstudienlage zu Activia und zeigen die Möglichkeit auf, dem speziellen Problem des Blähbauchs mit einem wohlschmeckenden Lebensmittel entgegenzuwirken."

Wissenschaftlich und praxisnah bestätigt

Zahlreiche klinische Studien belegen, dass Activia bei verlangsamer Darmpassage nachweislich die Transitzeit verkürzt[2,3,4]. Eine weitere Studie an Patienten mit Reizdarmsyndrom vom Obstipations-dominierten Typ zeigt außerdem, dass durch dreiwöchigen Verzehr signifikant mehr Personen in der Interventionsgruppe von einer Verbesserung ihrer Verdauungsbeschwerden berichteten als in der Kontrollgruppe[5]. Diese Erfahrungen wurden auch in der praxisnahen Anwendung bestätigt. Im Rahmen einer wissenschaftlich begleiteten Verbraucherstudie mit 5.000 Teilnehmern mit leichten bis mittelschweren Verdauungsstörungen, die dieses Produkt zwei Wochen lang verzehrten, konnte bei allen abgefragten Beschwerden (z.B. Blähungen, verzögerte Stuhlpassage oder inkomplette Stuhlentleerung) eine deutliche Verbesserung beobachtet werden.

Sämtliche Studien, die von Danone beauftragt werden, unterliegen hohen Qualitätsstandards: Sie entsprechen den ICH-Guidelines sowie den Good Clinical Practice Guidelines und werden unabhängig durchgeführt.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Danone Presseservice, c/o Fleishman-Hillard Germany GmbH,
Frankfurt am Main, Fax: 069/ 43 03 73

Tarja Boden Tel.: 069/ 40 57 02 - 268 Email: Tarja.Boden@fleishmaneuropa.com
Sandra Dixkes Tel.: 069/ 40 57 02 - 467 Email: Sandra.Dixkes@fleishmaneuropa.com
Eva Kalkuhl Tel.: 069/ 40 57 02 - 240 Email: Eva.Kalkuhl@fleishmaneuropa.com

*ehemals *B. animalis* genannt. Nach der neuen Taxonomie wird der Stamm als *B. animalis subspecies lactis* klassifiziert (Masco et al., Intern. Journal of Systematic and Evolutionary Microbiology 2005; 54:1137-1143). Üblicherweise wird der Stamm als *B. lactis* bezeichnet.

**Bei täglichem Verzehr, im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung und eines gesunden Lebensstils.

Literatur

- 1 Agrawal A et al., Alimentary Pharmacology & Therapeutics 2009; 29: 104-114
- 2 Marteau P et al., Alimentary Pharmacology & Therapeutics 2002; 16: 587-593
- 3 Meance S et al., Microbial Ecology in Health and Disease 2001; 13: 217-222
- 4 Meance S et al., Microbial Ecology in Health and Disease 2003; 15: 15-22
- 5 Guyonnet D et al., Alimentary Pharmacology & Therapeutics 2007; 26: 475-486

