

Mit Bifidobakterien hergestellter Jogurt gegen Helicobacter

R.Sieber, Agroscope Liebefeld-Posieux, Eidg. Forschungsanstalt für Nutztiere und Milchwirtschaft (ALP), Bern

Eine Infektion mit Helicobacter pyloris, der unter den sauren Bedingungen des Magens überleben und Gastritis und Magengeschwüre verursachen kann, wird durch den regelmässigen Verzehr von Jogurt mit Bifidobakterien und Lb. acidophilus unterdrückt.

Helicobacter pylori kann als einer der wenigen Mikroorganismen den Magen unter den dort herrschenden sauren Bedingungen kolonisieren, chronische Entzündungen der Magenschleimhaut (Gastritis) verursachen und auch bei der Entwicklung von Magengeschwüren eine wichtige Rolle spielen.

Bekämpft wird dieser Keim in der Regel mit Antibiotika. Da unter Antibiotika mit einer gewissen Resistenz zu rechnen ist, wurde bereits der Frage nachgegangen, ob dabei mikrobielle Lebensmittel-Supplemente zum erfolgreichen Einsatz gelangen könnten:

So wurde gezeigt, dass in vitro Lb. acidophilus das Wachstum von Helicobacter hemmen kann, was mit der Wirkung der durch diesen Stamm gebildeten organischen Säuren begründet wird.

Im weiteren war auch der Stamm Bifidobacterium lactis Bb12 unter den gleichen Bedingungen in der Lage, das Wachstum von Helicobacter zu hemmen, die aus Magenbiopsien von Patienten mit Magenproblemen isoliert wurden.

Dagegen zeigte der Lb.acidophilus-Stamm La5 in dieser Hinsicht keine Wirkung.

59 von 70 Patienten, bei denen im Magen Helicobacter nachgewiesen wurde, erhielten während sechs Wochen 230 ml Jogurt, der nebst den üblichen Jogurtbakterien mit Bifidobacterium lactis Bb12 und Lb. acidophilus La5 enthielt. Die übrigen 11 Patienten dienten als Kontrolle und verzehrten ein nicht-vergorenes Milchplacebo.

Biopsien zeigten nach dem Joghurt-Verzehr eine niedrigere Dichte an Helicobacter und eine signifikant erniedrigte Gastritis-Aktivität. Aufgrund des Resultates, dass bei einem Patienten nach 16 Wochen der Helicobacter im Magen nicht gänzlich ausgerottet werden konnte, wird betroffenen Patienten empfohlen, **regelmässig** mit Bifidobakterien und Lb. acidophilus hergestellter Jogurt zu verzehren.

Wang K. Y., Li S. N., Liu C. S., Perng D. S., Su Y. C., Wu D. C., Jan C. M., Lai C. H., Wang T. N., Wang W. M.: Effects of ingesting Lactobacillus- and Bifidobacterium-containing yogurt in subjects-with colonized Helicobacter pylori. American Journal of Clinical Nutrition 80, 737-741 (2004)