

Mit Bifidus-Jogurt gegen Helicobacter

Robert Sieber, Agroscope Liebefeld-Posieux, Eidg. Forschungsanstalt für Nutztiere und Milchwirtschaft (ALP), 3003 Bern

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

Helicobacter pylori kann den Magen als einer der wenigen Mikroorganismen unter den dort herrschenden sauren Bedingungen kolonisieren, chronische Entzündungen der Magenschleimhaut (Gastritis) verursachen und spielt auch bei der Entwicklung von Magengeschwüren eine wichtige Rolle. Bekämpft wird dieser Keim in der Regel mit Hilfe von Antibiotika. Da bei deren Anwendung 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 von den 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 Joghurt, der neben den üblichen Joghurtbakterien mit *Bifidobacterium lactis* Bb12 und *Lb. acidophilus* La5 hergestellt wurde. Die übrigen 11 Patienten dienten als Kontrolle und verzehrten ein nicht-vergorenes Milchplacebo. Biopsien zeigten nach Joghurt-Verzehr eine niedrigere Dichte an *Helicobacter* und eine signifikant erniedrigte Gastritis-Aktivität. Dass von solchen Patienten regelmässig mit Bifidobakterien und *Lb. acidophilus* hergestellter Joghurt verzehrt werden sollte, wird auf Grund des Resultats jedoch empfohlen, da bei einem Patient nach 16 Wochen *Helicobacter* im Magen nicht gänzlich ausgerottet werden konnte.

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)