



# Probiotische Bakterien Test

TESTERGEBNIS



## Laktobazillen

## Ihr Testergebnis

Ihre Konzentration von Laktobazillen im Stuhl liegt bei **>10<sup>7</sup> KBE/ml**.

Die Konzentration von Laktobazillen im Stuhl wird in Koloniebildenden Einheiten pro Milliliter Stuhl gemessen. Eine hohe Konzentration wird mit verschiedenen gesundheitlichen Vorteilen für Ihren Darm in Verbindung gebracht: Sie soll das Immunsystem unterstützen und Allergie-Beschwerden reduzieren.<sup>1</sup>

Ihre nachgewiesene Konzentration von Laktobazillen liegt oberhalb des Referenzbereichs.

● Referenzbereich: 0 KBE/ml

● Referenzbereich: >0-10<sup>4</sup> KBE/ml

● Referenzbereich:\* >10<sup>4</sup>-10<sup>7</sup> KBE/ml

● Referenzbereich: >10<sup>7</sup>-10<sup>12</sup> KBE/ml

\* Der angegebene Referenzbereich bildet den Durchschnitt der Besiedelung eines gesunden Erwachsenen ab. Abweichungen ohne klinische Symptome lassen keinen direkten Rückschluss auf eine bestimmte Krankheit zu, sondern zeigen unter Umständen nur einen individuellen Status an, der Hinweise auf Verbesserungen der Darmflora geben kann. Abweichungen müssen immer im Zusammenhang mit einem klinischen Bild und bestimmten Symptomen betrachtet werden.<sup>3</sup>

## Bewertung

Die Zusammensetzung der Darmbakterien ist bei jedem Menschen anders und verändert sich im Laufe des Lebens. Laktobazillen spielen eine zentrale Rolle in unserer Verdauung, der Produktion von Vitaminen sowie beim Schutz vor Krankheitserregern.

Es gibt Faktoren, die die Zusammensetzung der Darmbakterien kontinuierlich beeinflussen.<sup>4</sup> Individuelle Lebensumstände und Ernährungsformen können dazu führen, dass bestimmte Laktobazillen im Darm nur in geringen Mengen vorkommen. Wenn Sie häufig Antibiotika einnehmen, unter Stress stehen und sich wenig bewegen, kann sich das negativ auf die Besiedlung der Laktobazillen in Ihrem Darm auswirken. Nach der Stillzeit nehmen wir Menschen Laktobazillen hauptsächlich über fermentierte Milchprodukte und Lebensmittel wie Joghurt, Kefir und frisches Sauerkraut auf.



## Bifidobakterien

## Ihr Testergebnis

Ihre Konzentration von Bifidobakterien im Stuhl liegt bei **>10<sup>9</sup> KBE/ml**.

Eine hohe Konzentration kann Studien zufolge Vorteile für die Gesundheit haben: Sie soll vor Infektionen schützen, die Symptome bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen reduzieren<sup>5</sup> und die Regulierung von Darmtätigkeit und Darmbarriere unterstützen.<sup>6</sup>

Ihre nachgewiesene Konzentration von Bifidobakterien liegt oberhalb des Referenzbereichs.

● Referenzbereich: 0 KBE/ml

● Referenzbereich: >0-10<sup>7</sup> KBE/ml

● Referenzbereich:\* >10<sup>7</sup>-10<sup>9</sup> KBE/ml

● Referenzbereich: >10<sup>9</sup>-10<sup>12</sup> KBE/ml

\* Der angegebene Referenzbereich bildet den Durchschnitt der Besiedlung eines gesunden Erwachsenen ab. Abweichungen ohne klinische Symptome lassen keinen direkten Rückschluss auf eine bestimmte Krankheit zu, sondern zeigen unter Umständen nur einen individuellen Status an, der Hinweise auf Verbesserungen der Darmflora geben kann. Abweichungen müssen immer im Zusammenhang mit einem klinischen Bild und bestimmten Symptomen betrachtet werden.<sup>3</sup>

## Bewertung

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests

Die restlichen Seiten sehen Sie im Ergebnisbericht Ihres persönlichen Tests