

Fachinformation

Probiotika/Praebiotika

nutrimmun GmbH
Bült 13 · D-48143 Münster
Fon +49 (0) 251 135 66 0
Fax +49 (0) 251 135 66 22
info@nutrimmun.de

www.nutrimmun.de

Für Sportler und gestresste Menschen:

Auswirkungen von körperlichem Stress auf die Darmflora.

Wissenschaftlich bestätigt: Sport und Stress können das Immunsystem schwächen.

Ein aktives Leben und regelmäßiger Sport stärken das Wohlbefinden und die körpereigenen Abwehrkräfte – vorausgesetzt, das Pensum überschreitet ein moderates Maß nicht. Denn wird die Trainingsintensität um ein Vielfaches gesteigert, führt der vermehrte physische und psychische Stress zu einer Schwächung des Immunsystems und damit zu einer deutlich erhöhten Infektanfälligkeit.

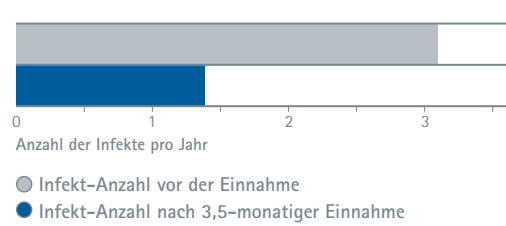
Die Behandlung stressbedingter Störungen und chronischer Infekte sind seit jeher Domänen der naturheilkundlichen Praxis. Hierbei wird besonders das größte Immunorgan des Menschen berücksichtigt: der Darm. Doch inwieweit hat Stress einen direkten Einfluss auf die Darmflora und somit auf das darmassoziierte Immunsystem? Dieser Frage sind bereits diverse Studien nachgegangen – und konnten einen klaren Zusammenhang zwischen übermäßiger sportlicher Aktivität, einer verminderten Anzahl immunrelevanter Darmkeime und erhöhter Infektanfälligkeit herstellen.

Reduzierung der Infektanfälligkeit bei nachweislich guter Verträglichkeit.

Zur therapeutischen Behandlung kam das Probiotikum probiotik®sport der Firma nutrimmun zum Einsatz, das neben Milch- und Essigsäure produzierenden Keimen auch das Bakterium *Enterococcus faecium* beinhaltet.

In den ersten 15 Tagen erhielten die Sportler die doppelte Tagesdosis, im Anschluss einen Portionsbeutel pro Tag. Nach dreieinhalb Monaten wurde die Eingangsuntersuchung wiederholt – mit eindeutigen Ergebnissen: Innerhalb von insgesamt sechs Monaten hatte sich die Infektanzahl im Schnitt auf 1,4 pro Jahr reduziert und damit um mehr als 50 Prozent verbessert.

Infekt-Reduzierung durch probiotik®sport



nutrimmun®

probiotik sport

Für eine gesunde Darmflora bei körperlicher Belastung!

probiotik®sport ist speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse von Sportlern und Menschen mit Stress im Beruf oder anderen Lebensbereichen, um das beanspruchte Immunsystem dieser Menschen zu unterstützen.

Es enthält neben Lactobacillen und Bifidobakterien auch den probiotischen Keim *Enterococcus faecium*. Durch diesen wird das darmassoziierte Immunsystem in besonderer Weise stimuliert.

Nahrungsergänzungsmittel mit 6 aktiven probiotischen Kulturen.

- Unterstützt die natürlichen Abwehrkräfte
- Mindert die Anfälligkeit für Infekte
- Trägt zur Normalisierung der Verdauung bei



Mit probiotik®sport: 50 % weniger Infekte bei Hochleistungssportlern!



Erste Beobachtung belegt erfolgreiche Behandlung.

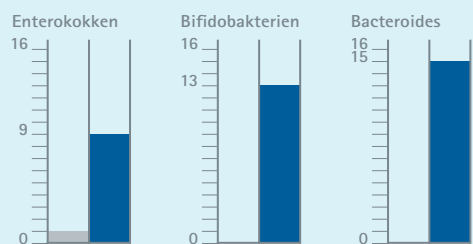
Keine der Studien zog aus den Datenerhebungen jedoch bislang Konsequenzen für eine therapeutische Behandlung. Aus diesem Grund fand von November 2007 bis August 2008 eine Anwendungsbeobachtung mit Hochleistungssportlern statt. Untersucht wurde die Infektanfälligkeit von insgesamt 16 Spielerinnen und Spielern im Alter von 13 bis 32 Jahren aus dem Kaderteam des Hessischen Tennisverbandes bzw. von Profispielern aus der ATP- und der WTA-Tour, darunter auch der Wimbledon-Halbfinalist und Olympiateilnehmer Rainer Schüttler. Mittels Fragebögen, Blutanalysen und Stuhl Diagnosen wurden zunächst das Stresslevel und die relevanten Labordaten der Teilnehmer erfasst. Ein erster Befund: Die Infektanzahl variierte von wenigen bis zu 15 Infekten pro Jahr, der Durchschnitt lag bei 3,1 Infekten jährlich. Auffällig war weiterhin, dass neben einer hohen Infektanfälligkeit eine deutliche Reduzierung von relevanten Darmkeimen festgestellt wurde: Die immunrelevanten Enterokokken waren bei 15 von 16 Teilnehmern deutlich erniedrigt. Keiner der Teilnehmer hatte normwertige Gehalte an Bacteroides und Bifidobakterien.

Reduzierung der Infektanfälligkeit bei gleichzeitiger Wiederherstellung der Darmflora.

Der Rückgang der Infektanzahl um 50 % korrelierte mit einer eindeutigen Verbesserung der intestinalen Mikroökologie. Neun von 16 Teilnehmern hatten wieder normwertige Enterokokken. 13 Teilnehmer wiesen normale Bifidobakterien-Gehalte auf und sogar 15 Anwender hatten gesunde Bacteroides-Mengen im Stuhl.

Auch die Verträglichkeit des Präparates erhielt Bestnoten und wurde als gut bis sehr gut bewertet. Unverträglichkeitsreaktionen wie z.B. Allergien, Haut- oder Schleimhautreaktionen traten nicht auf.

Steigerung der Bakterien in der Studie



Teilnehmer in der Norm
 ● vor der Behandlung
 ● nach der Behandlung mit probiotik®sport

Literaturhinweise:

Petrak, D., Winzenhöller, P.: Darmfloraveränderungen und Infektanfälligkeit durch Stress? Der Heilpraktiker Et Volksheilkunde Heft 3/2009
 Knowles S., Nelson E., Palombo E.: "Investigating the role of perceived stress on bacterial flora activity and salivary cortisol secretion: A possible mechanism underlying susceptibility to illness." Biological Psychology, Volume 77, Issue 2, February 2008, Pages 132-137
 Clancy R. L., Gleeson M., Cox A., Callister R., Dorrington M., D'Este C., Pang G., Pyne D., Fricker P., Henriksson A.: "Reversal in fatigued athletes of a defect in interferon c secretion after administration of Lactobacillus acidophilus." Br J Sports Med 2006;40:351-354
 Nichols, AW: "Probiotics and Athletic Performance: A Systematic Review." Current Sports Medicine Reports 2007, 6: 269-273
 Berg A. et al.: "The Gastrointestinal System – An Essential Target Organ of the Athlete's Health and Physical Performance." Exercise Immunology Review 1999 Vol. 5:78-95, Human Kinetics Publishers, Inc.

Kostenlos anfordern: Fachinformation „Probiotisches Phasenkonzept“.

Um den spezifischen Ansprüchen ganz unterschiedlicher Anwender-Typen bei der probiotischen Nahrungsergänzung optimal gerecht zu werden, hat nutrimmun ein Phasenkonzept entwickelt, das eine schnelle grundlegende Darm-Regeneration in der ersten Phase mit einer längerfristigen individuellen zweiten Regenerationsphase verbindet.

In der zweiwöchigen Aufbau-Phase bringt das hoch dosierte Breitband-probiotikum probiotik®start die Darmflora rasch wieder ins Gleichgewicht. Nach der Aufbaukur mit probiotik®start ist der Anwender bestens auf die Einnahme der individuellen probiotik®-Folgeprodukte vorbereitet. Mehr Informationen unter nutrimmun.de

