Fragen

1. Beschreiben Sie kurz den Weg der Milchsäurebakterien eines probiotischen Joghurts durch den Verdauungstrakt.
   Sie überstehen die Magen- und Dünndarmpassage, da sie widerstandsfähig gegenüber Säuren, Enzymen und Gallensäuren sind. Sie siedeln sich im Dickdarm an.

2. Geben Sie die Wirkung eines Probiotikums an.
   Probiotika verdrängen die pathogenen Keime und verkürzen den Krankheitsverlauf von Durchfallerkrankungen.

3. Auf welcher Verzehrgewohnheit beruht die günstige Wirkung des Probiotikums?
   Ein täglicher, dauerhafter und ausreichender Verzehr! Nach Absetzen des Probiotikums ähnelt die Zusammensetzung der Mikroorganismen im Darm nach einiger Zeit wieder dem Ausgangszustand.

4. Stellen Sie die Vorzüge und Nachteile eines Probiotikums dar.
   positiv: Positives mikrobielle Darmflora, Verdrängung der pathogenen Keime, Verkürzung des Krankheitsverlaufs von Durchfällen.
   negativ: teuer, täglicher, regelmäßiger und ausreichender Verzehr. Traditionelle, naturbelassene Milchsäurebakterien zeigen die gleichen positiven Wirkungen im Darm.