



Pragmatische Diagnostik und Therapie

Gynäkologisch relevante Mikrobiome

Das neu gepriesene Superorgan namens Mikrobiom ist keine Organstruktur im herkömmlichen Sinn, sondern eine sehr variable Zellkolonie von Bakterien innerhalb unseres Organismus. Wegen der gewaltigen Bedeutung mag man den Begriff eines neuen Superorgans in einem völlig neuen Organverständnis gelten lassen. Das Bedeutendste ist das intestinale Mikrobiom. Dessen Flora und Diversität haben eine enorme immunologische Schlüsselfunktion.

Für Gynäkologen ist das vaginale und das intestinale Mikrobiom von besonderer Bedeutung. Das vaginale Mikrobiom ist für uns augenscheinlich und vordergründig das wichtigere. Bei chronischen Vaginosen oder Mykosen stellen die Patientinnen oft die Frage: „Wie komme ich bloß daran?“ Die Frage ist definitiv falsch gestellt. Richtig müsste sie lauten: „Warum komme ich bloß daran?“ Die Antwort lautet: „Weil die vaginale Abwehrflora nicht in Ordnung ist.“ Ein neu auf dem Markt befindlicher Vaginom-Check ermöglicht nicht nur eine einfach zu handhabende und dennoch präzise Analyse des vaginalen Mikrobioms, sondern auch das quantitative Verhältnis der einzelnen Keime zueinander mit entsprechender Therapieempfehlung aus antibiotischen und probiotischen Wirkstoffen [1].

Werden zugeführte Keime sesshaft?

Für die intestinale Mikroflora werden vorwiegend Probiotika eingesetzt – alles unter Vorstellung einer Ansiedelung der zugeführten Keime. Die zugeführten Keime sehen sich aber vor Ort einer eingeschworenen ökologischen Gemeinschaft gegenüber, die Neankömmlingen das Leben und Überleben extrem schwer macht. Nicht zu vergessen, dass viele Bakterien recht komplexe Nährstoffansprüche haben und wenn das entsprechende

Milieu gerade nicht vorhanden ist, verhungern die mühevoll zugeführten Bakterien gleich wieder. Erste Studien haben gezeigt, dass die meisten von außen zugeführten Probiotika sich nur temporär im menschlichen Darm halten können und mit dem nächsten Stuhlgang wieder ausgeschieden werden [2]. Im Vaginalbereich ist ein Neuansiedeln zugeführter Keime ebenso fraglich. Der französische Mikrobiologe Antoine Béchamp hat schon vor über 120 Jahren postuliert, dass die Mikrobe als solches nichts, sondern das Milieu entscheidend ist.

Dennoch keine überflüssige Maßnahme

Es ist nicht ausgeschlossen, dass die Bakterien bei ihrem kurzen Aufenthalt im menschlichen Wirt etwas bewirken. Die klassische Beweisführung heißt: placebokontrollierte, randomisierte Doppelblindstudien. Leider ist das in diesem speziellen Fall absolut unmöglich, denn das menschliche Mikrobiom ist unglaublich divers. Man spricht inzwischen sogar von einem „mikrobiotischen Fingerabdruck“, das heißt, jede/r von uns hat ein ganz individuell zusammengesetztes Mikrobiom. Und selbst das fluktuiert abhängig von der Zeit und der Nahrungsaufnahme. Je nach dem, was wir gerade gegessen haben, werden sich bestimmte Bakterienarten vermehren, andere weniger werden. Das bedeu-

NATUM

Arbeitsgemeinschaft für Naturheilkunde, Komplementärmedizin, Akupunktur und Umweltmedizin in der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V.

www.natum.de
Informationen und Kongressankündigungen

Geschäftsstelle:
Isabelle Karpinski
Emil-Barth-Str. 84
40595 Düsseldorf

Tel.: 0211 158-75103
Fax: 0211 158-22482

E-Mail:
info@natum.de

Die Veröffentlichung der Beiträge dieser Rubrik erfolgt in Verantwortung der NATUM.

tet aber, dass eine Bestimmung der Bakterienzusammensetzung in unserem Darm immer nur eine Momentaufnahme sein kann und dass die Zufuhr von Bakterien von außen jedes Mal auf eine neue Situation trifft. Das sind unmögliche Voraussetzungen für eine kontrollierte Studie.

Stuhluntersuchungen und vaginale Mikrobiomanalysen

Es gibt eine Reihe von Anbietern von Mikrobiomtests. Erste Erfahrungen zeigen, selbst wenn man Proben von ein und demselben „Stuhlgang“ an verschiedene Institute einschickt, bekommt man sehr unterschiedliche Resultate – sowohl was die Zusammensetzung des Mikrobioms als auch die Interpretation und Empfehlungen anbelangt. Hier fehlt schlicht die wissenschaftliche Datengrundlage.

Jeder Mensch spürt auch selbst, wenn die Darmflora nicht in Ordnung ist: wechselnder Stuhl (zu fest oder zu dünn), Flatulenzen, Obstipation und häufige Darmgeräusche. Allein eine derartige Selbstdiagnose verlangt nach einer Therapie. Im Vaginalbereich ist die Ausgangslage deutlich einfacher und präziser. In beiden Mikrobiomen gilt für eine Milieuverbesserung: erstens ein saures Umfeld und zweitens das Zuführen von Laktobazillen [3].

Behandlungsoptionen

Der Transfer von (aufbereitetem) menschlichem Stuhl, zum Beispiel zur Behandlung von *Clostridium-difficile*-Infektionen oder Morbus Crohn, hat sich in einigen Studien als vielversprechend erwiesen. Diese Behandlungsarten sollten aber Zentren vorbehalten bleiben, die damit Erfahrung haben (am besten im Rahmen von klinischen Studien). Denn bei unsachgemäßer Anwendung dieser Methode können durchaus auch gefährliche Krankheitserreger übertragen werden und sogar zum Tode führen [4]. Diese etwas exotische und risikobehaftete Methode ist für den Praxisalltag untauglich.

Vaginales Mikrobiom

Die vaginale Renaturierung zu einem gesunden Mikrobiom ist zwar weniger kompliziert, aber dauert wie die des in-

testinalen Mikrobioms oft viele Monate. Abgesehen von den Therapieempfehlungen im Rahmen eines Vaginomchecks empfiehlt sich eine dauerhafte Milieubehandlung durch Ansäuern mit Laktobazillen. Ich empfehle nach Abschluss einer Akutbehandlung an einem Tag in der Woche (z.B. Mittwoch) ein Vagi-C®-Zäpfchen für ein saures Milieu und an einem anderen Tag (z.B. Samstag) ein Zäpfchen mit Döderleinkeimen und dieses Konzept für mindestens ein halbes Jahr.

Intestinales Mikrobiom

Auch beim intestinalen Mikrobiom mit weit über 2.000 verschiedenen Bakterienstämmen gilt das Behandlungspostulat „sauer und Laktobazillen“. Doch wie soll das geschehen, wenn jene zugeführten probiotischen Keime nicht oder selten sesshaft werden und allenfalls für eine kurzfristige Milieuverbesserung sorgen und eine Langzeittherapie sehr teuer und für manche Frau unbezahlbar ist? Die tiefere Therapieabsicht liegt nicht in einer Neubesiedelung, sondern in einer Milieuverbesserung, unter der sich die körpereigene verbliebene gesunde Restflora wieder ausbreiten kann. Insofern ist die Spezies der zugeführten Laktobazillen relativ unerheblich. Der hinreichend bekannte Brottrunk enthält reichlich lebende Laktobazillen und ist sauer. Mit einem Preis pro Flasche von knapp 2 € ist auch eine Langzeit- oder lebenslange Unterstützung der Darmflora für die meisten kein finanzielles Problem.

Literatur

1. Heizmann W et al. Bedeutung des Mikrobioms für die Pathogenese der bakteriellen Vaginose. *Frauenarzt* 2019;60:238-41
2. Schulze J. Probiotika - ein kritisches Update. *Schweiz Zschr GanzheitsMedizin* 2009;21:33-41
3. Witkin SS et al. Why do lactobacilli dominate the human vaginal microbiota? *BJOG* 2017; 124:606-11
4. New York Times. Fecal Transplant Is Linked to a Patient's Death, the F.D.A. Warns, 2019



Dr. med. Bernhard Ost
Komplementär-medizinisch-onkologische Schwerpunktpraxis
NATUM-Vorsitzender
Lindemannstraße 3
40237 Düsseldorf

Zertifizierung „Ganzheitliche Gynäkologische Onkologie“

Modul A (Mammakarzinom)

Termin: 27. Februar 2021 / 3. Juli 2021

Ort: Essen / Leipzig

Modul B (Endometrium-, Ovarialkarzinom)

Termin: 8. Mai 2021

Ort: Universitätsklinikum Essen

Modul C (Maligne Erkrankungen der Zervix uteri, Vulva, Vagina und Vorstufen)

Termin: 18. September 2021

Ort: Universitätsklinikum Essen

Information/Anmeldung:

www.natum.de/ggo

Akupunktur und Chinesische Medizin in der täglichen gynäkologischen Praxis – von A wie Amenorrhö bis Z wie Zyklusstörungen

Kurs im Rahmen des FOKO 2021

Termin: 4. März 2021

Ort: Düsseldorf

Information/Anmeldung:

www.bvf.de/foko

„Geheimwaffe“ Komplementärmedizin bei onkologischen und chronischen Erkrankungen der Frau

Kurs im Rahmen des FOKO 2021

Termin: 5. März 2021

Ort: Düsseldorf

Information/Anmeldung:

www.bvf.de/foko

Komplementärmedizin in der Frauenheilkunde

Auftaktveranstaltung Junges Forum der NATUM

Termin: 27. März 2021

www.natum.de/JFN

Jede Frau ist anders – Praktische naturheilkundliche Konzepte zur Frauengesundheit für Ärzte und Therapeuten

Frühjahrs-Workshop

Termin: 18.–19. Juni 2021

Ort: Karlsruhe