

Nahrungsmittelunverträglichkeit

Nahrungsmittelintoleranzen (Lebensmittelintoleranzen) treten aus angeborenen oder erworbenen Enzymmangeln bzw. -defekten auf oder auf Grund von pseudoallergischen Reaktionen gegen Nahrungsmittel, die Ausdruck eines Ungleichgewichts der Darmflora und einem undichten Darm (leaky gut) ist. Die bekanntesten Erkrankungen sind Laktoseintoleranz, Fruktoseintoleranz und Histaminintoleranz. Die Folgen können **Störungen der Vorgänge im Magen-Darmtrakt** (Maldigestion) sein, wobei die Nahrung nicht mehr oder nur unzureichend in ihre resorbierbaren Bestandteile aufgespalten werden kann.

Funktionsausfälle der Darmschleimhaut, Störungen der Aufnahme der bereits aufgespaltenen Nähr- und Vitalstoffe aus dem Darmlumen bzw. Störungen des Weitertransports durch die intestinale Zellmembran in den Organismus - Resorptionsstörungen, Malabsorption - sind ebenfalls häufig die Leitsymptome eines Enzymmangels. Der Dünndarm ist bei Malabsorption nicht mehr in der Lage, Wasser, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Spaltprodukte von komplexen Kohlenhydraten mit Hilfe von speziellen Transportsystemen in die Blut- und Lymphbahnen zu überführen.

Maldigestion, Malabsorption sowie vielfältige Symptome von Stoffwechselerkrankungen führen zu einer **Beeinträchtigung der Nahrungsausnutzung** (Malassimilation) und somit zu einer subnormalen Versorgung mit Nähr- und Vitalstoffen (Makro- und Mikronährstoffen) sowie Auftreten von nicht verwertenden Makro- und Mikronährstoffen und nicht resorbierten Gallensäuren in tieferen Darmabschnitten.

Leitsymptome sind:

- Vermehrte Fettsäureausscheidung mit dem Stuhl (Fettdurchfall)
- Fortschreitender Gewichtsverlust trotz in der Regel guten Appetits und reichlicher Nahrungszufuhr
- Lokale Reizerscheinungen
- Veränderungen der Darmflora (Dysbiose)
- Keimbildung von Dünndarmabschnitten
- Einwirkung mehr oder weniger toxischer Stoffwechselprodukte auf die Dünndarmschleimhaut
- Blähbauch beziehungsweise Blähungen (Flatulenz)
- Störungen der Flüssigkeitsresorption - wässrige Diarrhöen (Durchfälle)

Häufig auftretende klinische Mangelsymptome bei allgemeiner Malnutrition sind:

- Vollständiger Abbau der Speicherfettdepots, Muskelproteine und des Bauchfetts sowie Gewebeschwund mit einem schrittweisen Funktionsausfall der Organe - Gewichtsverlust, Kachexie (krankhafte starke Abmagerung)
- Muskelschwund, -schwäche und unwillkürliche Muskelzuckungen - Muskelatrophien
- Anämien (Blutarmut)
- Osteoporose, Knochenerweichungen (Osteomalazie), Knochendehformierungen
- Hautveränderungen sowie -erkrankungen, raue und juckende Haut
- Durchfall und Appetitlosigkeit
- Verstärkte Verhornung der Oberfläche des Organgewebes
- Störungen der Blutgerinnung
- Erkrankung der Nerven mit Auswirkung auf die betroffenen Organe, wie Kribbeln und Taubheitsgefühl der Extremitäten, Herzrhythmusstörungen, Hypertonie (Bluthochdruck), Störungen im Verdauungstrakt

Die klinischen Folgen einer unzureichenden Makro- und Mikronährstoffausnutzung (Nährstoffe, Vitalstoffe) hängen von der Art, vom Umfang und von der Dauer der Störung ab.

Verwertungsstörungen, die nur die Ausnutzung einzelner Nahrungsbestandteile – zum Beispiel Fructose und Lactose – betreffen, weisen dagegen Symptome auf, die dem Mangel des nicht verwertenden Vitalstoffs (Mikronährstoffe) entsprechen.

Ihr Nutzen

Die Labordiagnostik auf Nahrungsmittelintoleranzen gibt Aufschluss über vorliegende Unverträglichkeiten und ermöglicht somit eine zielgerichtete Therapie.

Sie werden ausführlich über Ihre Intoleranzen und deren Behandlungsmöglichkeiten aufgeklärt.

Ziel ist die Wiederherstellung einer gesunden Darmflora und die Unterstützung der natürlichen Abwehr.