

Die Darmflora

BAKTERIEN

Wir assoziieren Bakterien normalerweise mit Infektionskrankheiten. In Wahrheit verursachen nur wenige bekannte Bakterien Krankheiten. Die meisten Bakterien sind sogar sehr nützlich.

Der Verdauungstrakt enthält hunderte Milliarden von Bakterien. Zur Veranschaulichung: Bakterien machen bis zu 1 kg des Körpergewichts aus. Diese Bakterien bilden die sogenannte **Darmflora**. Diese Flora spielt bei der Verdauung eine wichtige Rolle. Sie zerlegt einige Nährstoffe, die der Körper nicht verdauen kann. Zum Beispiel Ballaststoffe.

Die Bakteriendichte nimmt vom Magen bis zum Dickdarm allmählich zu. Ein Gramm Fäkalien enthält bis zu 1 Billionen Bakterien. Es gibt also ungefähr 10 Mal mehr Bakterien im Verdauungstrakt als Zellen im Körper!

Die Darmflora besteht aus einem einzigartigen **Ökosystem**, das hunderte unterschiedlicher Arten enthält. Neben der wichtigen Funktion bei der Verdauung unterstützt die Darmflora auch unsere Gesundheit und beugt der Entstehung mancher Krankheiten vor.

DARMFLORE IN DIGESTIX



In DIGESTIX ist die Darmflora der einzige Verdauungsteil, der eine Auswirkung auf die Ballaststoffe hat.
