



Mit bis zu 8 Metern Länge und einer Oberfläche von rund 400 Quadratmetern ist der Darm ein Organ der Superlative. Unser Darm ist Herberge von Millionen von Nervenzellen und ein echter Abwehrspezialist. Eine Vielzahl von Abwehrreaktionen findet in diesem Immun-Organ statt.

Der „Bauch“ wird häufig als Mitte der Gesundheit bezeichnet. Und das zurecht. Denn kaum ein anderes Organ beeinflusst unser Wohlbefinden so unmittelbar wie der Darm. Mit seiner enorm großen Oberfläche stellt er nicht nur die größte Kontaktfläche zur Außenwelt dar, sondern bildet auch eine effektive Schutzbarriere, die uns vor unerwünschten Mikroorganismen bewahrt. Ein gesunder Darm und ein starkes Immunsystem stehen in enger Verbindung.

Die Regulation und der Aufbau der Darmflora bilden also ein bedeutendes Fundament in unserer Gesunderhaltung. Deswegen lege ich großen Wert darauf in der Praxis hier einen Fokus zu setzen und gezielt zu unterstützen.

Copyright Quelle in Fluss

Kurt-Lorenz Sohm & Martina Koran