

Welttag des Mikrobioms

***Hafnia alvei* HA4597®-Bakterien: verbesserte Sättigung für erfolgreiches Abnehmen**

Der diesjährige Welttag des Mikrobioms (World Microbiome Day) am 27. Juni steht unter dem Motto „Microbes and Food“, also „Mikroben und Essen“. Das zeigt die enge Verbundenheit unserer Ernährung mit den Bakterien im Darm. Dabei unterstützen die Darmbakterien nicht nur unsere Verdauung, sondern sie können über Botenstoffe auch unser Sättigungsgefühl beeinflussen. Bakterielle Sättigungssignale – beispielsweise durch das natürliche Bakterium *Hafnia alvei* HA4597® – können so bei der Gewichtsreduktion helfen.

Mit dem, was wir essen, bestimmen wir maßgeblich die Zusammensetzung unserer Darmflora. Dabei sind ballaststoffreiche Lebensmittel wie Gemüse, Obst und Vollkornprodukte besonders vorteilhaft. Denn sie dienen als Nahrung für gesundheitsfördernde Darmbakterien, die uns beispielsweise mit der kurzkettigen Fettsäure Buttersäure (Butyrat) für eine gesunde Darmschleimhaut unterstützen. Wer „bunt und gesund isst“, sorgt für eine artenreiche Lebensgemeinschaft in seinem Darm.

Unsere Darmbakterien helfen nicht nur bei der Verdauung und versorgen uns mit Vitaminen sowie kurzkettigen Fettsäuren, sondern sie beeinflussen sogar unser Essverhalten, indem sie beispielsweise Sättigung vermitteln können.

Bakterien-vermittelte Sättigung hilft beim Abnehmen

In 2015 erregte eine wissenschaftliche Studie¹ von der Universität in Rouen, Frankreich, Aufsehen, deren Ergebnis lautete: „Darmmikroben signalisieren dem Gehirn, wenn sie satt sind.“ Wie die Wissenschaftler zeigen konnten, geben *E. coli*-Bakterien etwa 20 Minuten nach einer Mahlzeit Proteine, also Eiweiße, ab, die bei den Versuchstieren die Menge des im Darm produzierten Peptidhormons YY (PYY) steigerten. PYY verzögert die Magenentleerung und sorgt für ein gesteigertes Sättigungsgefühl.

Weitere Forschung führte zur Entdeckung des bakteriellen Eiweißes ClpB, das dem menschlichen Sättigungshormon alpha-MSH ähnelt. ClpB-Produzent ist der Bakterienstamm *Hafnia alvei* HA4597®, der damit sowohl im Darm – über PYY – als auch den Nervenzellen im Gehirn Sättigung signalisiert.

Wie eine 12-wöchige Studie² mit 236 übergewichtigen Teilnehmern von 20 bis 65 Jahren gezeigt hat, kann der ausgewählte Bakterienstamm durch ein verbessertes Sättigungsgefühl beim Abnehmen unterstützen. Denn in der Gruppe mit den *Hafnia alvei* HA4597®-Bakterien verloren mehr Studienteilnehmer unter einer leicht kalorienreduzierten Diät mindestens 3 Prozent ihres Ausgangsgewichtes als in der Placebo-Gruppe. Die Teilnehmer, die *Hafnia alvei* HA4597® einnahmen, litten weniger an Hunger als die Personen, die Placebo erhielten.

Nahrungsergänzungsmittel mit *Hafnia alvei* HA4597®

Der ausgewählte Bakterienstamm *Hafnia alvei* HA4597® ist im Nahrungsergänzungsmittel **SymbioLife® Satylio®** enthalten – in Kombination mit den beiden Spurenelementen Chrom und Zink*, die einen aktiven Stoffwechsel unterstützen. Ein aktiver Stoffwechsel hilft, mehr Kalorien zu verbrauchen. Zusammen mit der verbesserten Sättigung dank *Hafnia alvei* HA4597® ist das **Präzisions-Probiotikum SymbioLife® Satylio®** die Mikrobiom-basierte Lösung für Abnehmwillige. Die empfohlene Verzehrmenge beträgt täglich 2 Kapseln: 1 zum Frühstück und 1 zum Mittagessen.

Übergewichtige Menschen besitzen weniger bakterielle Botenstoffe

MetaHIT (METAgénomics of the Human Intestinal Tract) – ein von der Europäischen Kommission finanziertes Projekt zur Sequenzierung des genetischen Potentials unserer Darmmikroben – hat genetische Informationen unserer Darmflora in Stuhlproben analysiert. Wie sich dabei herausstellte, besitzen übergewichtige Menschen im Stuhl deutlich weniger bakterielle Gene, die für die ClpB-Produktion verantwortlich sind, als normalgewichtige Personen.³ Das zeigt, wie wichtig bakterielle Sättigungssignale für unser Körpergewicht sind.

Mehr unter <https://www.symbiopharm.de/produkte/symbiolife-satylio>

und auch unter <https://hafnia-abnehmen.de/> sowie <https://www.symbiolife-satylio.de/>



Bildunterschrift:

Mit den richtigen Darmbakterien wie *Hafnia alvei* HA4597® lässt es sich dank verbesserter Sättigung leichter abnehmen. So feiern wir den Welttag des Mikrobioms.

©Vidi Studio, AdobeStock & SymbioPharm GmbH

Bilddownload:

[Web-Qualität](#)

[Für Print](#)

*Chrom und Zink tragen zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei.

Quellen:

1) Breton J et al. Cell Metab. 2016; 23(2): 324-34.

2) Déchelotte P et al. Nutrients 2021;13:1902.

3) Legrande R et al. Int J Obes (Lond). 2020; 44(5): 1041-1051.

Über die SymbioPharm GmbH

Die SymbioPharm GmbH ist Pionier in der Mikrobiom-Forschung und wissenschaftlicher Probiotika. Als Wegbereiter der mikrobiologischen Therapie ist es unsere Mission, mit Hilfe von probiotischen Bakterien Gesundheit zu erhalten und Krankheiten zu heilen.

Dafür erforschen wir das menschliche Mikrobiom und entwickeln revolutionäre mikrobiologische Therapieansätze für Darm- und Atemwegsgesundheit sowie das Immunsystem. Dabei setzen wir auf die biologische Wirkung natürlicher Darmbakterien, um die Gesundheit unserer Anwender zu fördern.

Modernste Verfahren in unserem Biotech-Labor ermöglichen es uns, innovative pharmazeutische Produkte zu entwickeln, wie Symbioflor® – das erste probiotische Arzneimittel Deutschlands. Die OTC-Arzneimittelmarke ist bereits seit 1954 auf dem Markt.

Die SymbioPharm GmbH profitiert durch die einzigartige Verbindung von moderner Mikrobiom-Diagnostik und Produktentwicklung in der eigenen Unternehmensgruppe sowie der eigenen Produktion am Standort Deutschland. Wir arbeiten mit höchsten Qualitätsansprüchen und entwickeln stets neue Produkte für Prophylaxe und Therapie. So gestalten wir aktiv die Zukunft der probiotischen Medizin.

Schon heute haben wir – neben unseren erfolgreichen Arzneimitteln – auch ein breites Sortiment von über 20 mikrobiologischen Nahrungsergänzungsmitteln und Kosmetika. Unsere wissenschaftlich innovativen Produkte sind durch internationale Vertriebspartnerschaften bereits in 15 Ländern präsent und können weltweit bezogen werden.

Besonderer Augenmerk liegt zurzeit auf der neuen Probiotika-Generation: den Präzisions-Probiotika. Sie enthalten ausgewählte Bakterienstämme, deren Aktionsmechanismus wissenschaftlich beschrieben ist. Dabei rufen bakterielle Stoffe eine gewünschte Reaktion im menschlichen Körper hervor.

Unsere Vision ist erfolgreich und findet Anklang! Täglich werden weltweit rund 2,5 Millionen Tropfen unserer Symbioflor-Produkte eingenommen und tausende unserer pro- und prebiotischen Produkte für Gesundheit und Leistungsfähigkeit angewandt.

Natürlich gesund durch ein gesundes Mikrobiom, denn die Gesundheit von morgen liegt in der Probiotik von heute.

Pressekontakt:

SymbioPharm GmbH
Angelika Hecht
Public Relations
Tel.: +49 (0)2772 981-350
eMail: angelika.hecht@symbio.de

Folgen Sie der SymbioPharm GmbH auf Facebook (facebook.com/SymbioPharm) und LinkedIn (linkedin.com/SymbioPharm GmbH).