

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.

Die Darmflora

Die meisten Bakterien rufen Infektionskrankheiten hervor.

- Richtig
- Falsch

Bakterien sind nutzlos.

- Richtig
- Falsch

Wie viele Bakterien besitzt unser Verdauungssystem?

- Mehrere Millionen
- Mehrere Milliarden
- Hunderte Milliarden

Welchen Gewichtsanteil haben Bakterien im Schnitt an unserem Körpergewicht?

- 10 Gramm
- 100 Gramm
- 1 Kilogramm

Wie nennt man die Bakterien des Verdauungssystems?

- Darmfauna
- Darmfarn
- Darmflora

Was bewirkt die Darmflora bei manchen Nährstoffen?

- Fermentation
- Feuchtigkeitsversorgung
- Absorption

Ballaststoffe werden verdaut.

- Richtig
- Falsch

Wo befinden sich die meisten Bakterien?

- Im Darm
- Im Magen
- In der Speiseröhre

Es gibt mehrere hundert Bakterienarten in der Darmflora.

- Richtig
- Falsch

Wie viele Bakterien besitzt der Körper im Vergleich zu Zellen?

- Genauso viele
- 10 Mal mehr
- 100 Mal mehr

Antworten

Die meisten Bakterien rufen Infektionskrankheiten hervor.

- Richtig**
Falsch! Das ist nicht korrekt.
- Falsch**
Bravo! Die meisten Bakterien sind glücklicherweise ungefährlich.

Bakterien sind nutzlos.

- Richtig**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Falsch**
Bravo! Bakterien fermentieren die Ballaststoffe im Dickdarm.

Wie viele Bakterien besitzt unser Verdauungssystem?

- Mehrere Millionen**
Falsch! Es sind viel mehr.
- Mehrere Milliarden**
Falsch! Es sind mehr.
- Hunderte Milliarden**
Bravo! Das stimmt.

Welchen Gewichtsanteil haben Bakterien im Schnitt an unserem Körpergewicht?

- 10 Gramm**
Falsch! Es sind viel mehr.
- 100 Gramm**
Falsch! Es sind mehr.
- 1 Kilogramm**
Bravo! Das stimmt.

Wie nennt man die Bakterien des Verdauungssystems?

- Darmfauna**
Falsch! Doch kein schlechter Versuch.
- Darmfarn**
Falsch! Du hast fast die richtige Antwort.
- Darmflora**
Bravo! Das stimmt.

Was bewirkt die Darmflora bei manchen Nährstoffen?

- Fermentation**
Bravo! Das stimmt.
- Feuchtigkeitsversorgung**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Absorption**
Falsch! Das ist nicht korrekt.

Ballaststoffe werden verdaut.

- Richtig**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Falsch**
Bravo! Ballaststoffe werden nicht verdaut, sondern fermentiert.

Wo befinden sich die meisten Bakterien?

- Im Darm**
Bravo! Das stimmt.
- Im Magen**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- In der Speiseröhre**
Falsch! Anderswo gibt es noch mehr.

Es gibt mehrere hundert Bakterienarten in der Darmflora.

- Richtig**
Bravo! Die Darmflora ist sehr vielfältig.
- Falsch**
Falsch! Versuche es noch einmal!

Wie viele Bakterien besitzt der Körper im Vergleich zu Zellen?

- Genauso viele**
Falsch! Es sind mehr.
- 10 Mal mehr**
Bravo! Das ist die richtige Antwort.
- 100 Mal mehr**
Falsch! Weniger.