



## Das Unbekannte in uns – Altern beeinflusst unsere Darmflora

Das Altern hat nicht nur eine Auswirkung auf unser äußeres Erscheinungsbild, sondern auch die Mikrobiota, die in unserem Darm lebt, verändert sich mit dem Alter. Die intestinale Mikrobiota von Kindern ist recht gut bekannt, aber von den Mikroben, die im Verdauungstrakt von alten Menschen leben, können wir zur Zeit erst acht Prozent identifizieren.

Wir alle tragen Millionen von vorwiegend gutartigen Bakterien in uns, die uns dabei helfen, unsere Nahrung zu verdauen und gesund zu bleiben, auch wenn wir uns dessen selten bewusst sind. In dieser Hinsicht ist die Zusammensetzung unserer Mikrobiota noch ein Gebiet, von dem wir relativ wenig wissen.

Ein von der EU finanziertes Projekt namens CROWNALIFE untersucht, wie sich die Mikrobiota im Darm wandelt, wenn aus dem erwachsenen Menschen ein alter Mensch wird. Im Darm neugeborener Kinder lebt eine relativ begrenzte Zahl an verschiedenen Bakterientypen. Von den Bifidobakterien, die im Darm von Kindern häufig dominieren, wird angenommen, dass sie für den Menschen nützlich sind. Mit zunehmendem Alter nimmt indes dieser Bakterientyp ab und andere Mikroben gewinnen die Oberhand. Bei der Entwicklung von Krankheiten kann dies eine Rolle spielen.

Die vorläufigen Befunde des CROWNALIFE-Projekts sprechen dafür, dass im Darm von Erwachsenen eine größere Zahl verschiedener Bakteriengruppen leben. Mit dem Altern nimmt die Diversität der Darmflora zu, aber zugleich wächst die Zahl der Bakterien, die mit den derzeit zur Verfügung stehenden Techniken nicht nachgewiesen werden können. Bei alten Menschen können nur 8 % der Mikroben, die den Darm bevölkern, identifiziert werden, wenn man die typischsten Bakteriengruppen analysiert. Einige der entdeckten Mikroben gehören neuen Gruppen an, die im Darm des Menschen bislang noch nicht nachgewiesen worden waren. Zum Vergleich: Bei Kindern können 70 % der im Darm lebenden Mikroben identifiziert werden, und die Zahl der verschiedenen Arten beträgt nur ein Zehntel. Da die Variationsbreite zwischen Individuen groß ist, sieht es so aus, als habe jeder von uns seine eigene, einzigartige Mikrobiota.

Die Forschung, die im Rahmen des CROWNALIFE-Projekts zur Zeit in Belgien, Frankreich, Italien, Deutschland, Großbritannien und Schweden zur Zeit betrieben wird, versucht herauszufinden, ob es bezüglich der Mikroben, die in unserem Magen-Darm-Trakt leben, irgendwelche geographischen Unterschiede gibt. Ein weiteres Ziel besteht darin zu ermitteln, ob es Möglichkeiten gibt, mit speziell zu diesem Zweck konzipierten Lebensmitteln die Zusammensetzung und Funktion der Mikroben zu beeinflussen. Die Erforschung der Zusammensetzung unserer Mikrobiota eröffnet uns neue Einsichten für das Verständnis dessen, wie die Mikroben in unserem Körper unser Wohlbefinden beeinflussen. Die verbesserten Analyseinstrumente ermöglichen uns, das unbekannte Territorium in unserem Körper zu kartieren. Wenn wir die Veränderungen verstehen, die sich in der Mikrobiota im Verlauf des Alterns vollziehen, so haben wir eine wissenschaftlich fundierte Grundlage dafür gewonnen, Strategien und Empfehlungen zur Förderung und Bewahrung einer ausgewogenen, gutartigen Mikrobiota aufzustellen.

Weitere Informationen über das Projekt sind erhältlich auf der Website des Projekts [www.crownalife.be](http://www.crownalife.be) oder vom Koordinator Dr. Joel Dore  
UEPSD - INRA - CR Jouy, F-78352 Jouy-en-Josas, Cedex, France  
Tel: +33 (0)1 3465 2709; Fax 01 3465 2492, E-Mail: [dore@jouy.inra.fr](mailto:dore@jouy.inra.fr)



Weitere Informationen über den ProEuHealth-Cluster unter <http://proeuhealth.vtt.fi>  
oder per E-Mail [proeuhealth@vtt.fi](mailto:proeuhealth@vtt.fi)

