

**Noch ganz dicht?  
Wie es zum Leaky Gut kommt und was Stress  
damit zu tun hat \*Online-Seminar\***



**Termin:** Mittwoch, 15. September 2021

**Zeit:** 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr (2 UE)

**Ort:** Interaktives Online-Seminar  
Voraussetzungen: Internetzugang, Mikrofon und Kamera

**Kosten:** 89€ / 79 €  
Ein Rabatt wird gewährt, wenn der Rechnungsempfänger Mitglied in einem dieser Verbände ist: VDOE, QUETHEB, VDD, VFED und FET

**Referentin:**

**Dr. rer. nat. Elke Jaspers:** Mikrobiologin, spezialisiert auf molekulare Mikroökologie; mit Studium und Promotion in Deutschland, Forschungs- und Lehraufenthalten in Irland und den USA. Sie ist wissenschaftliche Beraterin, ausgebildete und zertifizierte Trainerin für Präsenz- und Online-Seminare, Fachreferentin des Arbeitskreises für Mikrobiologische Therapie (AMT) e.V., Sachverständige und Autorin für Fachpublikationen. Sie berät und trainiert zu Fragen der Mikrobiologischen Therapie, Probiotika und Lebensmittelsicherheit und ist Geschäftsführerin der mikroLogos GmbH.

**Ziel:**

Die Weiterbildung gibt einen Überblick über Entstehung und Folgen des Leaky-Gut-Syndroms – also der undichten Darmbarriere. Stress ist ein großer Faktor, von dem viele Menschen betroffen sind und der sehr weitreichend im negativen Sinne auf die Darmbarriere und die Mikrobiota-Zusammensetzung wirkt. Wir betrachten im Webinar auch die schützende Funktion ausgewählter guter Darmbakterien und schauen, wie wir über einen bestimmten Ballaststoff ein zentrales Bakterium für einen dichten gesunden Darm beeinflussen können.

**Inhalt:**

- Was ist ein Leaky Gut-Syndrom? Was sind auslösende Faktoren?
- Metabolische Endotoxinämie und Silent Inflammation
- Einflüsse von Stress auf die Zusammensetzung der Darmmikrobiota
- Die Rolle der Mikrobiota: Wer hält den Darm dicht?
- 10 Kriterien für gute probiotische Präparate mit Milchsäurebakterien
- Faecalibacterium: DER neue Gesundheitsmarker unserer Darmmikrobiota
- Resistente Stärke als ein Ernährungsfaktor für den dichten Darm