



Informatie voor patiënten

Waarom een ontlastingonderzoek?



**Vitamins
Analytic**



© Copyright 2008

RP Vitamins Analytic BV, NL 4493 ZG Kamperland

Item-Nr. 374840 - 08/08



Waarom is een ontlastingsonderzoek bij zoveel verschillende klachten belangrijk?

Bacteriën zijn in grote hoeveelheden aanwezig op onze huid en in de slijmvliezen, maar de hoeveelheid bacteriën in onze darmen overtreft alles. Alleen al in de dunne en dikke darm leven naar schatting 100 biljoen bacteriën. Dit is meer dan het totale aantal lichaamscellen van het menselijk lichaam. Samen

met microben vormen deze bacteriën de zogenoemde microflora van de darmen of kortweg: de darmflora.

De darmflora bevat voornamelijk nuttige bacteriën die het lichaam op vele manieren ondersteunen.



Training van het afweersysteem

Bepaalde bacteriën van de darmflora trainen continu het lichaams eigen afweersysteem.

Ze activeren afweercellen in het darmslijmvlies tot het maken van afweerstoffen (immuunglobuline) die ons beschermen tegen ziekmakende bacteriën en allergieën.

Deze immuunstimulerende werking is niet beperkt tot de darmen

alleen, ook het lymfe en bloedsysteem, de luchtwegen, de urinewegen en geslachtsorganen, de huid, de interne en externe klieren (bijvoorbeeld borstklieren van de vrouw en de speekselklieren) worden optimaal beschermd door deze training.



Microbiële barrière (kolonisatieresistentie)

Een normale microflora in de darmen voorkomt dat ziekteverwekkers van buitenaf zich hechten aan het darmslijmvlies en zo infecties veroorzaken. Deze bescherming tegen ziekmakende microben door bacteriën van de darmflora wordt kolonisatieresistentie genoemd.

Onderhoud van het darmslijmvlies

De stofwisselingsproducten van een gezonde darmflora voeden en verzorgen de darmslijmvliescellen.





Vitamineproductie

Een aantal bacteriesoorten is in staat vitaminen te produceren en dragen zo bij aan een optimale verzorging van ons lichaam.

Alleen een optimale gezonde darmflora is in staat deze levensbelangrijke taken uit te voeren.

Een gezonde darmflora onderdrukt uitbraken van mogelijk ziekmakende bacteriën en schimmels die altijd aanwezig zijn in de darmen. Door schadelijke invloeden kan de darmflora zo verstoord raken dat ziekmakende bacteriën en schimmels kans krijgen zich snel te vermenigvuldigen.

Dit geeft de volgende veranderingen:

1. De taken van de darmflora worden niet meer goed uitgevoerd (afweer, vitamineproductie, voeding darmwand).
2. Schadelijke bacteriën en schimmels krijgen de overhand en ondermijnen de gezondheid.

Dit wordt een verstoorde darmflora genoemd.

Als bijvoorbeeld *Escherischia coli* en *Enterococcus* bacteriën minder aanwezig zijn in de darmflora wordt het trainen van het immuunsysteem slechter. Met name deze twee bacteriesoorten spelen een grote rol bij dit proces.

Andere soorten bacteriën zoals de *Chlostridium*groep die in beperkte mate voorkomen in een gezonde flora, veroorzaken bij een uitbraak verstoringen in de darmen die de oorzaak kunnen zijn van bijvoorbeeld winderigheid, buikpijn en diarree.

Darmflora in bescherming

Jammer genoeg is een onregelde darmflora eerder regel dan uitzondering bij de moderne geciviliseerde mens. Dit is niet verwonderlijk, want ons lichaam ondergaat een bombardement aan schadelijke invloeden, zowel van binnenuit als van buitenaf. Het preciaire evenwicht in de darmen is daarom snel verstoord.



1. Interne invloeden op ons lichaam

Een tekort aan maagzuur, gal of alvleesklier-enzymen verandert het voedingsaanbod voor de flora. Hierdoor worden bepaalde kiemen bevoorrecht, terwijl andere worden beschadigd.

Een gebrekkige afweer leidt tot een tekort aan afweerstoffen (secretorisch immuunglobuline A = sIgA) op het slijmvlies en verstoort de intacte samenstelling van de microflora.

Ook te veel stress verzwakt de afweer van het lichaam en oefent negatieve invloeden uit op de samenstelling van de darmflora.

2. Externe invloeden

Een verkeerde en eenzijdige voeding rijk aan geraffineerde suikers, verzadigde vetten en een te veel aan eiwitten, geeft directe verstoringen in de darmflora en daaruit voortvloeiend een verzwakking van het afweersysteem.

Bepaalde medicamenten zoals antibiotica, cortisonen, laxeremiddelen en de anticonceptiepil kunnen zowel direct als ook



indirect de microflora van de darmen ontregelen.

Ook verschillende darmziekten en infecties beschadigen het slijmvlies en tasten de bacteriële flora aan.

Wanneer is een ontlastingonderzoek aan te raden?

Bij de volgende ziekten en klachten is een ontlastingonderzoek ter bepaling van de samenstelling van de darmflora aan te raden, zodat de juiste therapeutische maatregelen genomen kunnen worden.

- Winderigheid
- Verstopping
- Buikpijn
- Spastische darmen
- Chronische infecties van het maagdarmkanaal
- Chronische infecties van de luchtwegen
- Allergieën
- Huidziekten
- Ziekte veroorzaakt door het milieu

Wat wordt in de ontlasting onderzocht?

Vanzelfsprekend is het via een routineonderzoek niet mogelijk alle in de darmen voorkomende bacteriegroepen te controleren. Dit aantal bedraagt tussen de 300-500 verschillende soorten. Het is zinvoller ons te concentreren op de bacteriën die een speciale functie vervullen of vaak klachten veroorzaken. Hierbij moet gekeken worden naar bacteriën die zonder zuurstof



kunnen leven (anaërobe bacteriën), bacteriën die zuurstof nodig hebben (aërobe bacteriën) en bacteriën die maar in een geringe mate zuurstof nodig hebben (micro-aërofiële bacteriën). Door het bepalen van de hoeveelheden van de diverse aanwezige bacteriën en dit te vergelijken met de opbouw van een gezonde darmflora (normaalwaarden) is het mogelijk af te leiden wat de kwaliteit van de darmflora is. En wat daarbij het effect is van de aanwezige flora op

het darmslijmvlies, de kolonisatieresistentie, de vertering, de andere organen en het afweersysteem.

Therapeutische vervolg op een ontlastingonderzoek

Op basis van de resultaten van het onderzoek ontvangt uw arts of therapeut een toelichting op de uitslag en een indien gewenst een afgestemd therapievoorstel. De volgende maatregelen kunnen bij een verstoorde darmflora zinvol zijn:



- Microbiologische therapie om het immuunsysteem te reguleren en de normale microflora van de darmen te stabiliseren.
- Inname van middelen op basis van melkzuurbacteriën (probiotica).
- Verandering van het voedingspatroon.

Afhankelijk van het resultaat van het onderzoek kan het verstandig zijn het voedingspatroon aan te passen.

Vanzelfsprekend wordt de keus van de voor u bestemde therapie bepaald door uw arts of therapeut op basis van de resultaten van het totale onderzoek en uw klachtenbeeld. Hij of zij kent u en uw klachten het best.

Uitgebreid onderzoek van de ontlasting

In veel gevallen is het aan te raden de ontlasting uitgebreider te onderzoeken als de resultaten van het ontlastingsonderzoek of de anamnese van de arts of therapeut daar toe aanleiding geven. Uw arts of therapeut zal u dan daar op wijzen.



Herhalingsonderzoek noodzakelijk?

Twee à vier weken na beëindiging van de therapie is een herhalingsonderzoek aan te bevelen. Er kan nu gecontroleerd worden of de therapie voldoende effect heeft gehad op het lichaam, zodat deze in staat is het evenwicht in de darmflora te behouden. Indien noodzakelijk dient de therapie in aangepaste vorm te worden voortgezet. Of een herhalingsonderzoek noodzakelijk is bepaalt uw arts of therapeut.

Aanwijzingen voor de juiste afname van een ontlastingsmonster

Voor een goede diagnostische betrouwbaarheid van het ontlastingonderzoek is een zorgvuldige afname van de ontlasting noodzakelijk. Hierbij kan de ontlastingopvanger u van dienst zijn.

Deze speciale papierstrook wordt op de toiletbril geplakt, de "grote boodschap" wordt hierop gedeponerd, het ontlastingsmonster wordt afgenomen en de papierstrook met de ontlasting kan worden doorgespoeld. De gebruiksaanwijzing staat ook op de ontlastingvanger beschreven.

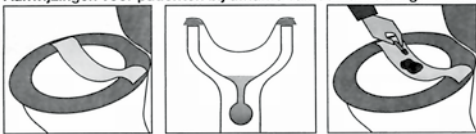
Ook bij een vlakspoeltoilet is het gebruik van de ontlastingopvanger aan te raden, omdat reinigingsmiddelen en geurzeepjes de uitslag van het onderzoek kunnen beïnvloeden.



Bij de afname moet u op het volgende letten:

1. Neem van tenminste 6 verschillende plaatsen een monster van de ontlasting en schep deze in het ontlastingbuisje.
2. Vul het ontlastingbuisje voor minimaal $\frac{1}{2}$ en maximaal $\frac{3}{4}$.
3. Draai het dopje goed dicht en stop het ontlastingbuisje in het verzendbuisje.
4. Wat betreft de verzending: zend het ontlastingmonster zo snel mogelijk op na de afname en vermijd verzending vlak voor het weekend.

Aanwijzingen voor patiënten bij afname van een ontlastingmonster



Geachte patiënt,

Voor een goede diagnostische betrouwbaarheid van het ontlastingonderzoek, is een zorgvuldige afname van de ontlasting noodzakelijk. Hierbij kan deze ontlastingopvanger u van dienst zijn.

Ook bij een vlakspollet is het gebruik van de ontlastingopvanger aan te raden, omdat reinigingsmiddelen en geurzeepjes de uitslag van het onderzoek kunnen beïnvloeden.

Gebruiksaanwijzing:

1. Bevestig de papierstrook op de achterste helft van de toiletbril
2. Laat de strook goed doorhangen, maar voorkom aanraking met het water
3. Neem na de stoelgang, van tenminste 6 verschillende plekken een monster van de feces en doe deze in het ontlastingbuisje.
4. Het buisjes moet $\frac{1}{4}$ tot $\frac{1}{2}$ gevuld zijn. Niet meer of minder!

Na de afname kunt u de papierstrook aan beide zijden gelijktijdig losmaken en met de ontlasting doorspelen. Stuur het ontlastingbuisje met inhoud nog de zelfde dag op naar het laboratorium!

RP vitamino

Text copyright bij RP Vitamino b.v. & SKBINstituut, NL



aangeboden door:

RP
**Vitamino
Analytic**

