

# Leaky Gut

by Dr. med. univ. Dominik Klug

## Definition:

Vermehrte Durchlässigkeit der Darmbarriere.

## Schädigung der Darmbarriere:

- Alkohol, Zucker, Lektine (Gluten), A1 Casein, seed oils
- Giftstoffe (Glyphosat...)
- Lifestyle (Schlafmangel, Stress...)

## Diagnostik Stuhlanalyse:

- mit einem Experten
- Zonulin, sIgA, alpha-1-Antitrypsin
- LPS, Actin, Occludin

## Therapie:

- mit einem Experten
- Ernährung
- Lifestyle Supplementierung

## Symptome:

- Durchfall, Verstopfung, Blähungen
- Energiemangel
- Kopfschmerzen
- Brain Fog, Konzentrationsmangel
- Krankheitsgefühl