

INHALT

Darmflora – Freunde des Darms	4
Von Ballaststoffen, Probiotika und rechtsdrehender Milchsäure	7
Probiotika – Power für das Immunsystem	8
Darmsanierung – aber richtig!.....	10
Probiotika – Wie sie beim Reizdarmsyndrom helfen	11
Leaky Gut – der löcherige Darm	12
Interview: Probiotika und Ballaststoffe – Schlüssel zu einer gesunden Darmflora	14