

Definition

Unter **einfache Probiotika** sind *Probiotika* zu verstehen, die nur einen Mikroorganismusstamm einer bestimmten Gattung oder Art enthalten.

Mehrstämmige Probiotika enthalten folglich mehr als einen Stamm derselben oder verwandten Art, beispielsweise *Lactobacillus acidophilus* und *Lactobacillus casei*.

Multi-Spezies-Probiotika bestehen aus Stämmen verschiedener probiotischer Arten die einer oder mehreren Gattungen angehören. Z.B. *Lactobacillus acidophilus*, *Bifidobacterium bifidum*, *Enterococcus faecium* und *Lactococcus lactis* etc. Beispiele sind Lactobact®, Orthomol Immon pro® oder OmniBiotic®