

# Die Wahrheit über ANTIBIOTIKA

Die einstige **WUNDERWAFFE** der Medizin droht ihre Wirkung zu verlieren. Woran liegt das? Und: Was können wir dagegen tun?

**D**er Mensch wird nicht klüger. Zumindest nicht, wenn es um Antibiotika geht, behauptet Prof. Franz Daschner. Seit 45 Jahren erforscht der frühere Leiter des Instituts für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene der Uni Freiburg diesen Bereich. Fragt man ihn nach dem globalen Umgang mit dem „Wundermittel“, meint er: „Da langt man sich an den Kopf!“

Das Problem ist vielschichtig. Überall auf der Welt schlucken Patienten nahezu wahllos Antibiotika. Dadurch bilden sich immer mehr sogenannte Resistenzen. Das bedeutet: Es gibt immer mehr Keime, gegen die diese Mittel nichts mehr bewirken. Prof. Daschner: „Wenn das so weitergeht, werden wir in Kürze nur noch fünf bis zehn Antibiotika haben, die funktionieren.“ In China, Indien und den USA sind selbst die Notfallmedikamente frei verkäuflich. In den Vereinigten

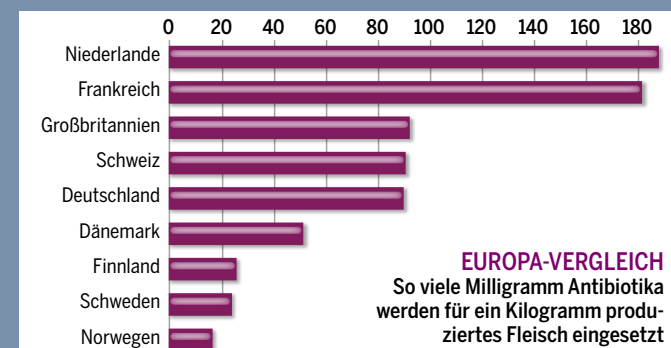
Staaten sogar als Sonderangebot im Supermarkt. Parallel werden in der Tierhaltung allein in Deutschland jedes Jahr 900 Tonnen Antibiotika an Hühner, Schweine oder Rinder verfüttert. Auch dadurch entstehen resistente, nicht mehr behandelbare Superkeime. Isst man das Fleisch, stellen diese keine akute Belastung dar, da sie beim Braten unschädlich werden. Dennoch: Die Zahl der Resistenzen steigt – die der wirksamen Mittel sinkt.

## VOLLES RISIKO: TIERHALTUNG

Vergleicht man den Antibiotika-Einsatz in der deutschen Viehzucht mit dem anderer europäischer Länder, liegt die Bundesrepublik sogar noch im Mittelfeld (siehe Grafik unten). In den Niederlanden und Frankreich werden weit mehr Medikamente verfüttert. Noch schlimmer treiben es China und die USA. Warnungen vor diesem uneingeschränkten Gebrauch gibt es reichlich. Auch von Prof. Klaus Kümmerer. Er leitet das Institut für Nachhaltige Chemie und Umweltchemie an der Leuphana Universität in Lüneburg. Kümmerer sagt: „In den USA werden zum Teil Antibiotika in großen Mengen verwendet, die bei uns als Reservestoffe zurückgehalten werden für den Fall, dass andere nicht mehr wirken.“ Damit wir diese Reservemittel und andere noch wirksame Antibiotika nicht verlieren, plädiert er für ►

## Tierisch: Zuchtvieh als Pillenschlucker

In der europäischen Tierhaltung kommen Antibiotika häufig unkontrolliert zum Einsatz – mit Folgen für unsere Gesundheit



\* Quelle: Karl Grave u. a. 2010

**300 Tonnen**  
Antibiotika werden pro Jahr  
von Ärzten verordnet

eine strikte Trennung: „Mittel, die in der Tiermedizin eingesetzt werden, darf man nicht in der Humanmedizin nutzen.“ Ein weiteres Problem: Rückstände der Medikamente gelangen ins Erdreich und möglicherweise über das Grundwasser ins Trinkwasser. Der Grund: 70 Prozent der Wirkstoffe werden unverändert zusammen mit resistenten Bakterien ausgeschieden. In Bezug auf den Menschen sind diese Fakten wissenschaftlich belegt, bei Tieren wird es nicht anders sein. Kümmerer warnt: „Wir wissen heute nicht, welche Folgen das möglicherweise noch haben kann.“

**AHNUNGSLOSE ÄRZTE**

Unwissenheit oder Ignoranz bestimmt nicht nur das Verhalten in der Tierindustrie, auch Humanmediziner handeln oft unverantwortlich. 2009 erhielt ein Deutscher durchschnittlich 5,2 Tagesdosen Antibiotika. Prof.

Daschner kritisiert: „80 Prozent aller Atemwegserkrankungen werden damit behandelt. Und das nur, weil Ärzte dem Erwartungsdruck der Patienten nachgeben.“ Statt wie früher Heiltee zu trinken, zu inhalieren oder pflanzliche Mittel zu nutzen, wird so die Schlagkraft der Medikamente unnötig aufs Spiel gesetzt. Denn gegen Viren helfen Antibiotika bekanntlich nicht. Hinzu kommt: Pflanzliche Mittel sind oft effektiver und haben auch weniger Nebenwirkungen. Magen-Darm-Beschwerden und Pilzinfektionen, die bei einer Antibiotika-Therapie auftreten können, kommen nicht vor. Aktuelle Studien zeigen, dass ein Spezialextrakt aus der Kapland-Pelargonie (z. B. „Umckaloabo“, Apotheke) antiviral, antibakteriell und schleimlösend wirkt. Vor allem aber bilden die Erreger keine Resistenzen, da pflanzliche Mittel nicht in ihren Stoffwechsel eingreifen.

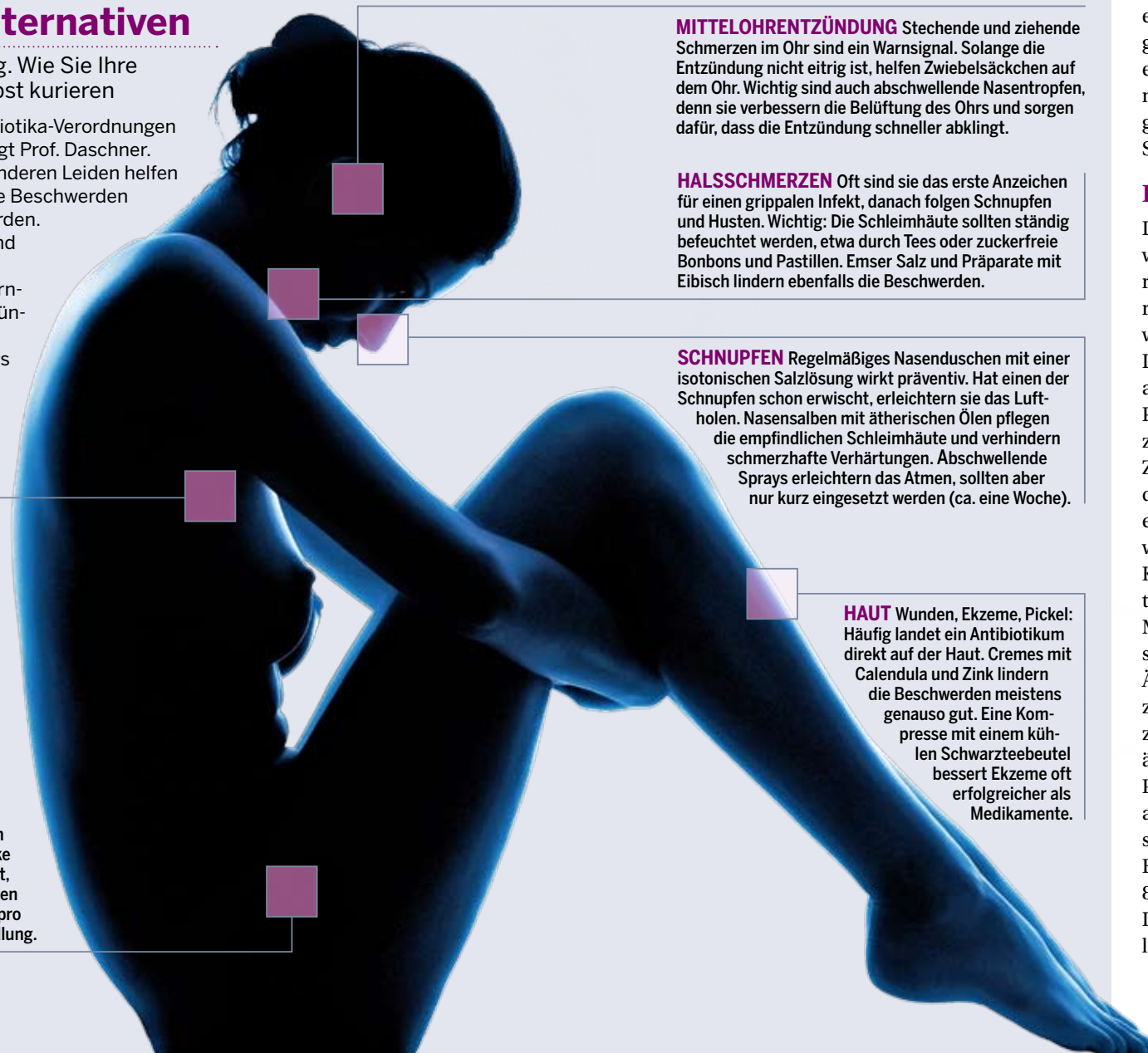
**Die sanften Alternativen**

Oft sind Pillen überflüssig. Wie Sie Ihre Beschwerden besser selbst kurieren

„30 bis 50 Prozent aller Antibiotika-Verordnungen weltweit sind überflüssig“, sagt Prof. Daschner. Bei Schnupfen, Husten und anderen Leiden helfen sanfte Mittel oft besser, da die Beschwerden meist von Viren ausgelöst werden. Bei folgenden Krankheiten sind **Antibiotika unverzichtbar:** Lungen-, Herzmuskel- und Hirnhautentzündung, eitrige Entzündungen des Auges, der Harnblase, der Haut, des Mittelohrs (vor allem bei Erwachsenen) sowie Magenbeschwerden durch Helicobacter pylori.

**HUSTEN** Neun von zehn Atemwegsinfekten werden von Viren ausgelöst – und gegen die sind Antibiotika wirkungslos. Heiltees aus der Apotheke (etwa mit Thymian), Präparate mit Efeu, Inhalationen mit Salzwasser und feuchtkalte Brustwickel erleichtern das Abhusten und verringern den Reiz enorm.

**BLASENINFEKTION** Eindeutiges Zeichen ist Brennen beim Wasserlassen. Bei einer normalen Infektion reicht es, Harntees aus der Apotheke zu trinken. Cranberrysaft verhindert, dass Bakterien an den Schleimhäuten andocken können: 250 ml zweimal pro Tag als Prophylaxe oder zur Behandlung.



**MITTELOHRENTZÜNDUNG** Stechende und ziehende Schmerzen im Ohr sind ein Warnsignal. Solange die Entzündung nicht eitrig ist, helfen Zwiebelsäckchen auf dem Ohr. Wichtig sind auch abschwellende Nasentropfen, denn sie verbessern die Belüftung des Ohrs und sorgen dafür, dass die Entzündung schneller abklingt.

**HALSSCHMERZEN** Oft sind sie das erste Anzeichen für einen grippalen Infekt, danach folgen Schnupfen und Husten. Wichtig: Die Schleimhäute sollten ständig befeuchtet werden, etwa durch Tees oder zuckerfreie Bonbons und Pastillen. Emser Salz und Präparate mit Eibisch lindern ebenfalls die Beschwerden.

**SCHNUPFEN** Regelmäßiges Nasenduschen mit einer isotonischen Salzlösung wirkt präventiv. Hat einen der Schnupfen schon erwischt, erleichtern sie das Luftholen. Nasensalben mit ätherischen Ölen pflegen die empfindlichen Schleimhäute und verhindern schmerzhaft Verhärtungen. Abschwellende Sprays erleichtern das Atmen, sollten aber nur kurz eingesetzt werden (ca. eine Woche).

**HAUT** Wunden, Ekzeme, Pickel: Häufig landet ein Antibiotikum direkt auf der Haut. Cremes mit Calendula und Zink lindern die Beschwerden meistens genauso gut. Eine Kompresse mit einem kühlen Schwarzteebeutel bessert Ekzeme oft erfolgreicher als Medikamente.

**Sinnvolle Kontrolle**

Der Antibiotika-Pass wurde gemeinsam mit der Stiftung Viamedica entworfen. Tragen Sie bei jeder Behandlung ein, welches Medikament Ihnen verordnet wurde. So haben Sie und Ihr Arzt einen guten Überblick, welche Antibiotika Sie schon genommen haben.

**ANTIBIOTIKA-PASS**

**HORZU**

von / bis	Antibiotikum / Wirkstoff	Diagnose

Ausfüllen und dem Arzt vorlegen

\* Quelle: www.viamedica-stiftung.de

Hinzu kommt ein anderes gravierendes Problem: Häufig werden nicht nur zu viele, sondern auch die falschen Antibiotika verordnet. Daschner: „Die meisten Ärzte haben nach der Uni keine Ahnung von Antibiotika und verschreiben deshalb vermehrt Breitbandmittel.“ Das ist, als ob man mit Kanonen auf Spatzen schießt. Diese Verschreibungspraxis

steigert die Resistenzrate zusätzlich. Daschner kritisiert zudem, dass hierzulande zu selten mikrobiologische Untersuchungen durchgeführt werden, um Erreger genau zu identifizieren. Das ginge ganz einfach durch Abstriche oder abgehusteten Schleim. Daschner: „Vor jeder Antibiotikagabe muss versucht werden, den Erreger zu isolieren.“ Nur dann kann man gezielt ein Präparat wählen. Gemeinsam mit Infektiologen und Hygieneexperten hat er Ende 2011 ein 10-Punkte-Programm entwickelt, in dem dieses Vorgehen empfohlen wird. Besonders lax im Umgang mit den wichtigen Medikamenten sind übrigens Hausärzte, Kinderärzte und Internisten. Sie verschreiben am häufigsten Antibiotika.

**EIN WELTWEITES PROBLEM**

Da der Missstand zur globalen Krise wird, warnt die Weltgesundheitsorganisation bereits jetzt vor den Folgen. Für Prof. Daschner reicht das nicht: „Wir brauchen eine weltweite Strategie wie etwa im Fall von Malaria. Da müssen alle Regierungen zusammenarbeiten.“ Ärzte, Apotheker, Tierzucht und Pharmaindustrie müssten ebenfalls einbezogen werden. Bislang gibt es keine harten Zahlen über den Gebrauch von Antibiotika in den USA, China oder Südamerika. Damit wird eine Kontrolle, vor allem aber eine sinnvolle, weltweite Strategie nahezu unmöglich. Prof. Kümmerer appelliert deshalb an Konsumenten und Patienten: „Die Verbraucher haben Macht!“ Wenn wir mehr Fleisch aus ökologischer Landwirtschaft kaufen, wenn wir die Ärzte auffordern, einen Erreger zu identifizieren und erst dann gezielt ein Mittel auszuwählen, würde sich die Situation schon ändern. Die Zeit drängt. Bereits jetzt bringt die Pharmaindustrie kaum noch neue Präparate auf den Markt. Grund: Nach sechs Monaten sind Erreger dagegen oft schon resistent. Die Entwicklung aber kostet zwischen 500 und 800 Millionen Euro. Für die Firmen ist die Innovation unrentabel – für uns wäre sie lebensnotwendig. **ESTHER LANGMAACK**

FOTOS: GETTY IMAGES (GR.), HAID/DPA PICTURE-ALLIANCE, JANUS/ALIMDI