



ANTIBIOTIKA NICHT LEICHTFERTIG SCHLUCKEN

Die „Wunderwaffen“ verlieren an Schlagkraft, weil wir sie allzu oft und unbedacht schlucken: Resistente Bakterien breiten sich bedrohlich aus

Jetzt in den Wintermonaten ist wieder Hochsaison für Antibiotika. Daten der DAK-Gesundheit zeigen, dass vor allem in der Erkältungszeit Ärzte und Patienten schnell zur sogenannten Allzweckwaffe greifen. Mehr als 30 Prozent aller Antibiotika-Rezepte gehen in den Monaten Januar, Februar und März über den Apothekentresen. Das ist hochproblematisch. Denn je öfter und leichtfertiger Antibiotika geschluckt werden, desto seltener wirken sie. Wenn es tatsächlich einmal zu einer kritischen Infektion kommen sollte, droht die Superpille zu versagen. Der Freiburger Umweltmediziner Prof. Franz Daschner warnt: „Die wachsende Antibiotika-Resistenz ist eines der größten Probleme bei der Infektionsbekämpfung.“

Wunderwaffe Penicillin schwächelt

Weltweit sterben immer noch die meisten Menschen an Infektionskrankheiten – vor allem der oberen Atemwege – und nicht etwa an Krebs. Dabei sah es vor 90 Jahren noch so aus, als könne man diese Infektionskrankheiten einfach ausrotten: Alexander Fleming hatte 1928 das Penicillin entdeckt und in der Nachfolge entwickelten Forscher immer neue Wirkstoffe. Doch die Erreger haben es verstanden, sich gegen die Angriffe der Menschen zu wehren. Es gibt leider kein einziges Antibiotikum, gegen das Bakterien nicht in der Lage waren und sind, Resistenzen zu entwickeln. Spätestens

ein Jahr, nachdem die Wissenschaft ein neues Mittel auf den Markt bringt, tauchen die ersten resistenten Keime auf. Je mehr Antibiotika geschluckt werden, desto größer wird ihre Macht. Und das Alarmierende ist: Immer mehr Ärzte verordnen in alltäglichen medizinischen Situationen sogenannte Reserve-Antibiotika, die eigentlich für die schlimmen Fälle gedacht waren, in denen nichts mehr hilft. Fast jede zweite deutsche Therapie wurde im Jahr 2010 mit einem Antibiotikum der Reserve durchgeführt.

Gegen Viren und Pilze völlig machtlos

„Generell gilt“, so betont Prof. Daschner, „dass Antibiotika nur bei schweren Infektionen sinnvoll sind, mit starkem Krankheitsgefühl und hohem Fieber. Und auch nur dann, wenn der Arzt eine bakterielle Infektion festgestellt hat.“ Gegen eine durch Viren oder in seltenen Fällen durch Pilze verursachte Erkrankung sind Penicillin und Co völlig machtlos. Das Problem ist nur, dass bei vielen Infekten, insbesondere bei Atemwegsinfekten, die Unterscheidung zwischen bakterieller und viraler Ursache gar nicht leicht ist, denn Bakterien und Viren verursachen häufig die gleichen Symptome. Wenn ein Arzt bei besonderen Fragestellungen wissen will, ob Bakterien für Beschwerden verantwortlich sind, muss er ein Labor beauftragen. Nur bei der Mandelentzündung kann er einen Schnelltest in seiner



Prof. Franz Daschner – Vorstand der Stiftung viamedica und ehemaliger Direktor des Instituts für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene in Freiburg – kämpft für einen gewissenhaften Einsatz von Antibiotika. Hier seine Tipps:

ärztlichen Praxis durchführen. Bis die Antwort aus dem Labor da ist, kann es leicht zwei Tage dauern. Mancher Mediziner will oder kann diese Zeit nicht abwarten und greift gleich zum Rezeptblock. „Leider setzen auch viele Patienten ihre Ärzte unter Druck, ihnen Antibiotika zu verordnen, weil sie ganz schnell wieder auf die Beine kommen wollen beziehungsweise müssen“, so Prof. Daschner. Dabei sind in den allermeisten Fällen auch starke Erkältungs- oder Grippebeschwerden von Viren verursacht und die vermeintlichen Wunderwaffen total wirkungslos. Man schluckt harte Kaliber, die gar nicht helfen können, sondern nur neue Probleme verursachen, indem sie in Magen und Darm nützliche Bakterien zerstören. „Man sollte immer bedenken“, so Daschner, dass ein Antibiotika-Einsatz häufig mit unerwünschten Nebenwirkungen wie Magenschmerzen und Durchfall verbunden ist. Auch Hautausschläge oder Pilzinfektionen treten immer wieder auf.“

Antibiotika für den Ernstfall aufsparen

Darum: Antibiotika nur, wenn sie wirklich sein müssen. Und wenn Erkältungsbeschwerden noch so sehr plagen: Ohne hohes Fieber verlaufen Schnupfen und Husten allein meist mild. Oft ist es ausreichend, Medikamente einzunehmen, die die Symptome lindern – oder zu bewährten Hausmitteln zu greifen.

WAS KÖNNEN SIE SELBST TUN?

- Setzen Sie Ihren behandelnden Arzt nicht unter Druck, Ihnen Antibiotika zu verordnen.
- Fragen Sie Ihren Arzt, ob er anstelle eines Antibiotikums auch ein pflanzliches Arzneimittel verordnen kann.
- Halten Sie sich an die vom Arzt empfohlene Dosierung eines Antibiotikums, um die Gefahr vermehrter Nebenwirkungen zu bannen.
- Brechen Sie eine Antibiotika-Therapie nicht nach 2 oder 3 Tagen ab, wenn Ihr Arzt 7 Tage verordnet hat: Die Krankheitssymptome können bereits verschwunden sein, aber die bakterielle Infektion muss noch ausheilen.
- Keine Antibiotika-Reste vom letzten Jahr einnehmen. Eine eitrig Bronchitis beispielsweise kann von verschiedenen Bakterien verursacht werden. Das alte Mittel wirkt nicht unbedingt auch gegen die Erreger der neuen Infektion.