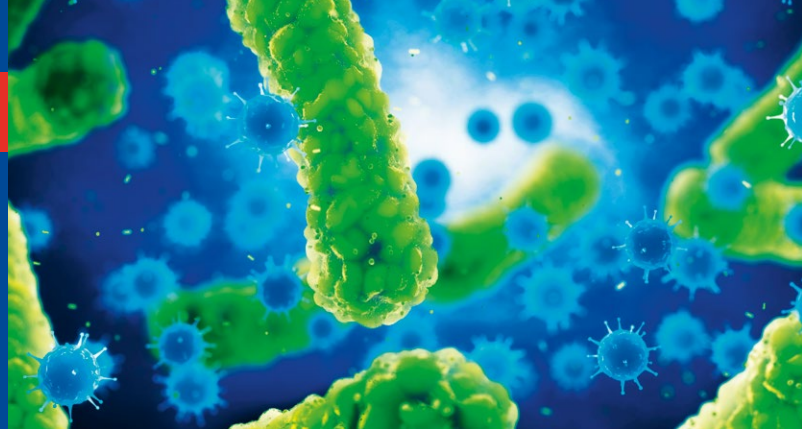


Infektionen und Antibiotika – wann passen sie zusammen?

5. September 2018



Ein lästiger Husten mit grünlichem Auswurf, der immer schlimmer wird; eine Rachenentzündung mit Fieber, und man hat eine Reise gebucht, die in zwei Tagen losgeht; massive Ohrenschmerzen und Temperaturerhöhung... Bei diesen und ähnlichen Beschwerden stellt sich die Frage, muss ich zum Arzt gehen oder was kann ich selber tun? Was sind sogenannte «red flags», bei welchen ich sofort handeln muss?

Die Mehrzahl dieser Infektionen ist viral bedingt. Das heisst: Sie sind durch Viren verursacht und benötigen zur Behandlung keine Antibiotika. Es reicht eine sogenannte symptomatische Therapie mit pflanzlichen Produkten mit schleimlösenden Eigenschaften, Schmerzmitteln und Entzündungshemmern, eventuell Nasensprays und vor allem Ruhe und Schonung.

Wenn der Husten z.B. aber immer schlimmer wird, das Fieber mehr und mehr steigt, der Allgemeinzustand zunehmend bergab geht und Symptome wie Atemnot oder Verwirrtheit auftreten, ist es jedoch sicherlich an der Zeit, seinen Arzt aufzusuchen. Denn möglicherweise steckt nun ein bakterieller Infekt hinter den Symptomen, welcher eine gezielte Therapie benötigt, meistens mit einem Antibiotikum.

Geschichte der Antibiotika

Vor der Entdeckung der ersten Antibiotika war die Sterblichkeit im Falle von Infektionen wie Lungenentzündung, Tuberkulose, Hirnhautentzündung etc. sehr hoch. Es wurden viele verschiedene Therapiemöglichkeiten versucht. Meist ohne Erfolg. In den 1940er-Jahren begann dann die Zeit der Antibiotika. Es konnten nun zunehmend infektiöse Krankheiten geheilt werden. Die allgemeine Sterblichkeit ging massiv zurück. In der Folge wurde die Wissenschaft fast euphorisch, manche dachten, die bakteriellen Infektionen seien nun endgültig besiegt und es wurden immer mehr Antibiotika angewendet, nicht nur in der Humanmedizin, vor allem auch in der Tierzucht.

Kehrseite der Antibiotika

In der Folge zeigte sich dann aber zunehmend die Kehrseite der Antibiotika: Nebenwirkungen wie Hautausschläge mit teilweise fatalem Ausgang, Durchfall, Übelkeit, Pilzinfektionen (v.a. im Mund und im Genitalbereich. Das sogenannte Mikrobiom (die eigene Bakterienflora im Magen-darmtrakt, in den Schleimhäuten, auf der Haut) wurde häufig durch eine Antibiotikagabe beschädigt. Das heisst: Es kommt aus dem Gleichgewicht, einige Bakterienarten überwuchern und können Probleme bereiten. Ausserdem entwickelten sich immer mehr Infektionen, bei welchen Antibiotika nicht mehr wirkten. Sogenannte Antibiotikaresistenzen.

Wie man einen Infekt selbst kurieren kann

- Ruhe, Schonung, bei Fieber daheim bleiben, um andere nicht anzustecken
- Hausmittel versuchen (z.B. Essigsocken, Ingwer, etc.) oder pflanzliche Heilmittel einnehmen
- Entzündungshemmer und/oder Schmerzmittel einnehmen

Wann man lieber zum Arzt gehen sollte

- Bei zunehmendem Fieber
- Bei Symptomen wie Atemnot, Verwirrtheit, schlechtem Allgemeinzustand
- Wenn es einfach nicht besser wird, oder wenn es nach einer Besserung wieder deutlich schlechter wird (möglicherweise eine bakterielle Sekundärinfektion)

Wenn einem Antibiotika verschrieben werden

- Bitte genau nach Vorschrift nehmen (Einnahmemenge, Einnahmezeit, Einnahmedauer)
- Bei Nebenwirkungen nicht einfach absetzen, sondern mit dem Arzt Kontakt aufnehmen
- Übrig gebliebene Antibiotika nicht aufbewahren und später ohne ärztliche Rücksprache bei einem weiteren Infekt selber anwenden

Referent: Dr. med. Hannes Meier
Facharzt für Allgemeinmedizin FMH