



Umgang mit Antibiotika

Flasche leer?

Antibiotika gehören zu den wichtigsten Medikamenten weltweit. Doch oft werden sie unsinnig verordnet und zu früh abgesetzt. Mit den richtigen Fragen können Sie Patienten beim Umgang mit dem Therapeutikum unterstützen.

Übersetzt man ihren Namen aus dem Griechischen, dann sind sie Wirkstoffe „gegen das Leben“ (anti = gegen, bios = Leben). Gemeint ist aber nicht das Leben vielzelliger Organismen, alleine bestimmte Mikroorganismen sind ihr Ziel: Bakterien. Gegen andere Mikroben wie Viren oder Pilze (zum Beispiel Fußpilz) sind sie wirkungslos, sie werden daher nur für die Bekämpfung von bakteriellen Infektionen eingesetzt. Antibiotika wirken, indem sie lebensnotwendige Stoffwechselvorgänge oder die

Vermehrung von Bakterien blockieren. Da bei den zellkernlosen Bakterien viele Stoffwechselvorgänge grundsätzlich anders ablaufen, werden unsere (kernhaltigen) Zellen durch die Therapie nicht geschädigt.

Ursprünglich sind Antibiotika Stoffwechselprodukte von Pilzen oder Bakterien, die schon in geringer Menge das Wachstum von anderen Bakterien hemmen (bakteriostatische Wirkung) oder diese abtöten (bakterizide Wirkung). Mittlerweile werden viele Antibiotika auch che-

misch hergestellt. Sie können geschluckt, gespritzt oder in einer Infusion gegeben werden und wirken dann auf den ganzen Körper. Bei oberflächlichen Infektionen ist das nicht erforderlich, dann werden antibiotikahaltige Salben oder Tropfen auf die entsprechende Stelle aufgetragen. Man spricht dann von Lokalanthibiotika.

Ist die Hälfte unnötig?

Die Paul-Ehrlich-Gesellschaft schätzt, dass bis zu 50 Prozent der Antibiotika unnötig verschrieben werden. Vor allem bei Husten, Schnupfen und Heiserkeit machen sie kaum Sinn, denn deren Erreger sind in den meisten Fällen Viren. Dass trotzdem ein Antibiotikum verschrieben wird, liegt oft auch an der Erwartungshaltung der Patienten: Sie fühlen sich krank und denken: viel hilft viel. Lieber ein „anständiges“ Medikament als darauf hoffen, dass das Immunsystem das Problem mit Wärme und Ruhe auch selbst in den Griff bekommt. Dass bei einer Befragung der Paul-Ehrlich-Gesellschaft über 50 Prozent der Befragten auf die Frage: „Was passiert, wenn man Antibiotika zu häufig einnimmt?“ mit Mutmaßungen antworteten wie „man wird abhängig“ oder „nichts Schlimmes“ sollte zu denken geben.

Hier kann das Praxisteam den Arzt wirksam unterstützen, denn viele Patienten sind sehr einsichtig, wenn sie die Gründe kennen. Wichtigstes Argument hinter dem Tresen ist es daher, den Unterschied zwischen viralen und bakteriellen Infektionen zu erklären. Dazu der Hinweis, dass man eine Erkältung am besten mit ein paar Tagen im Bett oder auf dem Sofa und bei Bedarf einem Mittel gegen Kopf- und Gliederschmerzen bekämpfen kann. Patienten, die sich Zeit lassen, natürlich mit der Erkrankung fertig zu werden, sind dauerhaft gesünder.

WEBTIPP

Unterhaltsam und interessant:
www.wdr.de/tv/quarks/
(Sendung 7. April 2009)

Antibiotika – unter den wichtigsten Medikamenten

Obwohl Antibiotika nach Schmerzmitteln und Herzmedikamenten den drittgrößten Anteil der Arzneimittel Ausgaben in der gesetzlichen Krankenversicherung ausmachen, wurden in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich weniger Antibiotika entwickelt: Kamen zwischen 1983 und 1987 noch 16 neue Antibiotika auf den Markt, waren es zwischen 2003 bis 2007 nur

noch vier neue Präparate. Das ist vor allem deshalb bedenklich, weil immer mehr Bakterienstämme gegen ein oder mehrere Antibiotika Resistenz entwickelt haben (mehr darüber im Beitrag auf Seite 10.) Man teilt Antibiotika nach ihrer Wirkungsweise oder ihrem chemischen Aufbau in Gruppen ein (z. B. Penicilline, Sulfonamide, Tetrazykline).

Parole: Durchhalten

Dennoch gibt es auch bei Erkältungen Fälle, in denen Antibiotika notwendig sind. Zum Beispiel dann, wenn eine bakterielle Infektion (wie eine Mandelentzündung) oder eine Mischinfektion mit Bakterien vorliegen. Dann ist es – wie bei allen anderen Therapien auch – wichtig, dass die Präparate korrekt verwendet werden. Das Antibiotikum ist grundsätzlich so lange einzunehmen, wie es vom Arzt verordnet wurde. Setzt man nämlich zu früh ab, weil die Symptome schon verschwunden sind, kann das zur Folge haben, dass ein Teil der Bakterienpopulation überlebt. Üblicherweise sind das dann genau die, die über zufällig entstandene Resistenzgene verfügen (mehr zum Thema Resistenz im Beitrag auf Seite 10). Die Anzahl der Tabletten einer Packung sind bei fast allen Antibiotika auf die nötige Therapiedauer abgestimmt, die Packung sollte deshalb immer bis zum Ende genommen werden. Ein weiterer Punkt, auf den Sie im Gespräch mit dem Patienten unbedingt hinweisen sollten.

Neben Schusseligkeit und dem Rückgang der Symptome ist Durchfall der häufigste Grund, warum Patienten die Einnahme frühzeitig abbrechen. Durchfall ist häufig, da das Antibiotikum neben den Eindringlingen auch die Bakterien hemmt, die natürlicherweise den Darm besiedeln. Dadurch gerät die Darmflora aus dem Gleichgewicht, der Durchfall ist in der Regel aber harmlos und kein

Grund, die Therapie zu unterbrechen. Der Hinweis auf Joghurt oder andere Probiotika zur Besserung des Durchfalls ist mit großer Vorsicht zu genießen. Manche Antibiotika werden unwirksam, wenn man sie mit Milchprodukten einnimmt. Vor allem Antibiotika aus der Gruppe der Tetrazykline und sogenannte Gyrasehemmer (gegen Harnwegsinfektionen) verlieren ihre Wirkung, weil sie mit dem Milch-Kalzium reagieren und dann nicht mehr in die Blutbahn aufgenommen werden. Sie werden wieder ausgeschieden. Um die Wirkung des Medikaments nicht zu behindern, sollten kalziumhaltige Lebensmittel wie Milchprodukte daher frühestens zwei Stunden nach dem Antibiotikum verzehrt werden.

Neben der Interaktion mit Nahrungsmitteln ist die „Sport-Frage“ die häufigste. Sie lautet: „Darf ich während einer Antibiotikumtherapie Sport treiben?“ und die Antwort darauf: „Besser nicht.“ Im schlimmsten Fall geht mit der bekämpften Infektion auch eine Entzündung des Herzmuskels einher. Dadurch kann die Herzleistung stark eingeschränkt sein und starke Beanspruchung das Herz leichter aus dem Tritt bringen. Aber auch ohne Entzündung des Herzmuskels ist der Körper in seiner Leistungsfähigkeit geschwächt, denn Antibiotika können ja nicht zwischen Gut und Böse unterscheiden und greifen nicht nur die Bakterien an, die sie bekämpfen sollen, sondern schwächen

auch die Darmflora, die für den Vitamin- und Mineralienhaushalt wichtig ist und auch unsere Immunabwehr unterstützt. Sport ist da nur eine zusätzliche Belastung. Leistungssportler mögen sich damit trösten, dass Sport in dieser Phase letztendlich nutzlos ist, da der Körper aus vielen Gründen auf Training kaum reagiert.

Alkohol und Koffein

Die Einnahme eines Antibiotikums erfordert auch Vorsicht im Umgang mit Alkohol. Zwar hat Alkohol keine direkten Auswirkungen auf die antibiotischen Substanzen, aber er kann mit dem Antibiotikum in der Leber „konkurrieren“, wenn beide dort abgebaut werden. Durch gleichzeitige Einnahme verlangsamt sich daher der Abbau beider Substanzen. Sie reichern sich in der Leber an und können sie schädigen. In den Packungsbeilagen sind die schädlichen Wirkungen der Verbindung „Alkohol-Antibiotikum“ nicht immer in allen Einzelheiten aufgeführt, dennoch sollte der Patient für den Therapiezeitraum Alkohol besser meiden. Ähnlich ist es bei Koffein. Gyrasehemmer, die oft bei Blasen- oder Niereninfektionen verschrieben werden, hemmen den Koffeinabbau. Dadurch kann es zu Erregungszuständen, Herzrasen und Schlafstörungen kommen.

Frauen im gebärfähigen Alter fragen auch gerne mal nach Wechselwirkungen zwischen einem Antibiotikum und der Pille. Das hängt von den jeweiligen Präparaten ab und sollte im Beipackzettel vermerkt sein. Eine verminderte Aufnahme des Wirkstoffs der „Pille“ ist auf die erwähnte Störung der Darmflora – und den häufig damit verbundenen Durchfall – zurückzuführen. Aber auch wenn kein Durchfall austritt, kann es durchaus schon zu einer verminderten Aufnahmefähigkeit kommen.

Die Pille kann in der Regel weiter genommen werden – wer ganz sicher gehen möchte, sollte während der Anwendung des Antibiotikums und bis sieben Tage danach zusätzlich ein weiteres Verhütungsmittel verwenden. ■