

## Verhaltenstipps für den Patienten

- Zunächst ein pflanzliches Arzneimittel einsetzen.
- Im Falle eines Arztbesuches auf einer Abklärung bestehen, ob ein viraler oder bakterieller Infekt vorliegt.
- Bei einer Verordnung die genaue Dosierung einhalten.
- Die vorgeschriebene Einnahmedauer einhalten und nicht vorzeitig abbrechen, auch wenn die Symptome bereits verschwunden sind.
- Keine Reste aus der Hausapotheke verwenden, da die Infektionen von verschiedenen Bakterien hervorgerufen werden können und unterschiedlich behandelt werden müssen.
- Medikamentenreste nur über den Hausmüll entsorgen (nicht über das Abwasser!) oder in einer Apotheke abgeben.

Weitere ausführliche Informationen zu diesem Thema finden Sie auf unserem Verbraucherportal [www.gesundzuhaus.de](http://www.gesundzuhaus.de). Sämtliche Texte können dort auch ausgedruckt werden.



## Der Antibiotika-Pass

Die Stiftung viamedica - Stiftung für eine gesunde Medizin von Prof. Daschner hat den Antibiotika-Pass entwickelt, um das Patienten-Arzt-Verhältnis bei Antibiotika-Verordnungen zu verbessern. Der Patient sollte seinen Arzt immer fragen, ob nicht ein pflanzliches Arzneimittel anstatt eines Antibiotikums verordnet werden kann. In diesen Pass kann der Patient alle verordneten Antibiotika eintragen.

Immer dann, wenn eine neue Verordnung ansteht, sollte der Pass dem Arzt vorgelegt werden, um die optimale Therapie zu finden. Denn es ist wichtig, den Arzt über vorausgegangene Antibiotika-Einnahmen zu informieren. So kann es z.B. vorkommen, dass bei einer Infektion, die in den vergangenen Monaten schon antibiotisch behandelt wurde, bei einer erneuten Verordnung eines Antibiotikums diese Standardtherapie versagt.



Sie können den Antibiotika-Pass kostenlos bei uns anfordern.

Stiftung viamedica  
c/o IUK Institut für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene  
Breisacher Str. 115b  
79106 Freiburg

Tel. 0761-270-8220  
info@viamedica-stiftung.de  
www.viamedica-stiftung.de



viamedica  
STIFTUNG FÜR EINE GESUNDE MEDIZIN



Informationen  
zum Problem der  
**Antibiotika-Resistenz**  
und zum richtigen  
Umgang mit Antibiotika

viamedica  
STIFTUNG FÜR EINE GESUNDE MEDIZIN



Weltweit sterben immer noch die meisten Menschen an Infektionskrankheiten und nicht an Krebs. Und das, obwohl nach der Entdeckung des Penicillins durch Alexander Fleming im Jahr 1928 der Kampf gegen die gefährlichen Infektionskrankheiten zunächst erfolgreich geführt werden konnte.

### Was sind Antibiotika?

Antibiotika sind Medikamente, mit denen ausschließlich bakterielle Infektionskrankheiten behandelt werden können. Die häufigsten Infektionskrankheiten bei Menschen sind Atemwegsinfektionen, Harnwegsinfektionen oder Infektionen der Haut.

### Wie wirken Antibiotika?

Antibiotika wirken entweder

- **bakteriostatisch**, d.h. sie hemmen die Vermehrung von Bakterien, indem sie in deren Stoffwechsel eingreifen, so dass diese nicht weiter wachsen und sich teilen können.
- **bakterizid**, d.h. Bakterien werden durch die Zerstörung der Zellwand getötet.

Es stehen zwei Arten von Antibiotika zur Verfügung: so genannte **Schmalbandantibiotika**, die gegen spezifische Bakterien wirken und so genannte **Breitbandantibiotika**, die gegen zahlreiche und besonders gefährliche Bakterien eingesetzt werden und häufig Nebenwirkungen haben (z.B. Durchfall).

### Wann sind Antibiotika sinnvoll?

Eine Behandlung mit Antibiotika ist nur bei schweren bakteriellen Infektionen sinnvoll, die von einem Arzt diagnostiziert und durch eine entsprechende Untersuchung bestätigt wurden. So sind z.B. mehr als 90 Prozent aller Erkältungskrankheiten durch Viren bedingt, sie werden aber in mehr als 50 Prozent der Fälle mit einem – in diesem Falle völlig sinn- und wirkungslosen – Antibiotikum behandelt.

### Was ist Antibiotika-Resistenz?

Darunter versteht man die Fähigkeit der Bakterien (auch der Protozoen oder Pilze), die Wirkung von antibiotischen Substanzen abzuschwächen oder ganz zu neutralisieren. Das bedeutet, dass die Behandlung mit einem Antibiotikum nicht mehr das Wachstum der Bakterien hemmen oder sie ganz abtöten kann – es ist wirkungslos geworden.

### Ursachen?

Antibiotika-Resistenz ist weltweit zu einem der größten Probleme bei der Infektionsbekämpfung geworden, auch verursacht durch die häufig unsachgemäße Verschreibung bei viralen Infektionen. Aber auch falsche Dosierungen oder der Einsatz für eine falsche Zeitspanne sind dafür ursächlich. So infizierten sich im Jahr 2005 rund drei Millionen Europäer mit Keimen, die gegen bekannte Antibiotika resistent sind – 50.000 von ihnen starben daran, v.a. Patienten mit einer geschwächten körpereigenen Immunabwehr.

Neben der unkritischen Verschreibung von Antibiotika durch Ärzte ist aber auch der Patient selbst ein kritischer Faktor bei der Bildung von Antibiotika-Resistenzen: Da die Medikamente im Körper nur zu etwa 20 Prozent abgebaut werden, gelangt ein Großteil davon durch die Ausscheidungen ins Abwasser, wo die Bakterien Resistenzen bilden können. Auch der häufige Einsatz von Antibiotika in der Tierzucht trägt zur Bildung von Resistenzen bei.



### Sind pflanzliche Antibiotika eine Alternative?

Jahrelange Forschung hat gezeigt, dass einige Pflanzen Abwehrstoffe entwickelt haben, die auch zur Behandlung beim Menschen eingesetzt werden können. Der ganz wesentliche Vorteil der pflanzlichen Abwehrstoffe ist, dass sie im Gegensatz zu Antibiotika häufig nicht nur gegen für Menschen gefährliche Bakterien, sondern auch gegen Viren und nicht selten auch gegen Pilze wirken. Und ein noch größerer Vorteil: die Bakterien, deren Angriffsziel der Mensch ist, haben es bisher noch nicht gelernt, gegen pflanzliche antibakterielle Substanzen Resistenzen zu entwickeln.