

ANTIBIOTIKA – GUT ZU WISSEN!

■ Antibiotika wirken nicht bei Viren

Fast alle Infekte von Ohren, Nase, Hals und Bronchien entstehen durch Viren. Antibiotika wirken nur gegen Bakterien, aber nicht gegen Viren. Sie lindern keine Schmerzen und führen nicht dazu, dass man schneller gesund wird.

■ Antibiotika müssen gezielt eingesetzt werden

Antibiotika sind wichtige Medikamente, die Leben retten können. Sie wirken ausschließlich bei Erkrankungen, die durch Bakterien verursacht werden.

■ Antibiotika können Nebenwirkungen haben

Antibiotika beeinflussen die natürliche Balance der nützlichen Bakterien im Körper. Das kann Nebenwirkungen wie Bauchschmerzen, Durchfall, Erbrechen oder Hautausschlag hervorrufen.

■ Antibiotika erhöhen das Risiko von Resistenzen

Durch die ungezielte Einnahme von Antibiotika werden Bakterien diesen gegenüber unempfindlich (resistent). Damit Antibiotika als effektive Medikamente erhalten bleiben, ist es wichtig, sie verantwortungsvoll und nur nach ärztlicher Verordnung zu verwenden.

Dieser Flyer wurde entwickelt im Rahmen des Projektes „**RESISTenzvermeidung durch adäquaten Antibiotikaeinsatz bei akuten Atemwegsinfektionen**“, gefördert durch den Innovationsfonds (2016–2020).

Mit freundlichen Grüßen von Ihrem Praxisteam

OFT IST RUHE WIRKSAMER ALS EIN ANTIBIOTIKUM.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber,
was für Sie die beste Medizin ist.



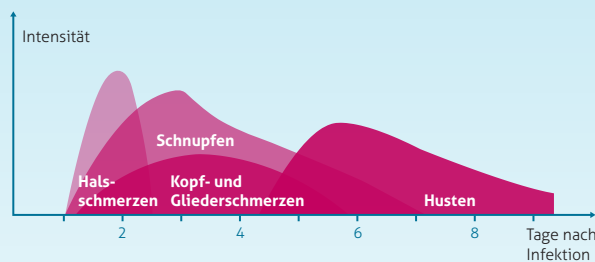
WAS SIND AKUTE ATEMWEGS- INFEKTE UND WODURCH WERDEN SIE VERURSACHT?

Akute Atemwegsinfekte sind Entzündungen der Atemorgane. Von einem Infekt sind entweder die oberen Atemwege (Nase, Nasennebenhöhlen, Rachen, Mandeln, Kehlkopf) oder die unteren Atemwege (Luftröhre, Bronchien) betroffen. Die Beschwerden (z. B. Schmerzen, Husten, Schnupfen, Fieber) treten meist plötzlich auf.

In neun von zehn Fällen werden akute Atemwegsinfekte durch Viren verursacht. Mit diesen kann und muss der Körper alleine fertig werden – es braucht nur etwas Zeit.

Nur selten werden akute Atemwegsinfekte durch Bakterien verursacht.

Wie lange dauern die Symptome normalerweise?



Quelle: DEGAM-Leitlinie Nr. 11: Husten, 2014; Tyrrell, DAJ, Cohen, S & Schlarb, JE (1993). Signs and symptoms in common colds. *Epidemiology and Infection*, 111, 143-156. Eigene Darstellung.

IST EIN AKUTER ATEMWEGSINFEKT MIT EINEM ANTIBIOTIKUM SCHNELLER ÜBERSTANDEN?

Antibiotika sind wirksame Medikamente zur Behandlung von schwerwiegenden Krankheiten, die durch Bakterien verursacht werden.

Gegen Viren sind Antibiotika wirkungslos.

Werden Antibiotika unnötigerweise eingenommen, kann das zur Bildung von Resistenzen beitragen. Das bedeutet: Antibiotika können dann nicht mehr wirken, weil die Bakterien gegen sie widerstandsfähig geworden sind.

Einige Patienten beziehungsweise Eltern erkrankter Kinder gehen davon aus, dass sie oder ihre Kinder bei einem Atemwegsinfekt mit einem Antibiotikum schneller wieder gesund werden. Dies ist falsch. In großen wissenschaftlichen Untersuchungen hat man herausgefunden: Mit oder ohne Antibiotikum klingen die Symptome eines akuten Atemwegsinfekts in der Regel gleich schnell ab.

Nicht wenige Patienten haben mit einem Antibiotikum aufgrund von Nebenwirkungen sogar mehr Beschwerden als ohne Antibiotikum.

WAS KÖNNEN SIE TUN, UM IHRE BESCHWERDEN ZU LINDERN?

Unterstützen Sie Ihren körpereigenen Heilungsprozess!

■ Gönnen Sie Ihrem Körper Ruhe.

Stress und körperliche Anstrengung belasten den kranken Körper während einer Erkältung zusätzlich. Treten Sie insgesamt kürzer!

■ Trinken Sie ausreichend.

Flüssigkeit hilft den Schleim zu lösen und gleicht den Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen aus. Empfehlenswert sind ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees sowie (Mineral-)Wasser.

■ Sorgen Sie für frische Luft.

Trockene Heizungsluft entzieht der Nasenschleimhaut die Feuchtigkeit und hemmt dadurch ihre Abwehrfunktion. Lüften Sie daher regelmäßig.

■ Verzichten Sie aufs Rauchen.

Tabakrauch schadet dem Immunsystem und belastet die Atemwege zusätzlich.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber, ob Ihre Beschwerden durch andere Maßnahmen wie Inhalationen, Schmerzmittel, abschwellendes Nasenspray oder bewährte Hausmittel gelindert werden können.