

GESUNDHEITSTIPP DER WOCHE

Antibiotika – weniger ist mehr

Damit das Wundermittel in Zukunft noch wirkt, sind kritische Ärzte und aufgeklärte Patienten gefragt

Mit Entdeckung des Penicillin wurden selbst tödliche Krankheiten wie die Pest heilbar. Doch Antibiotika verlieren immer mehr an Wirkung, weil sie zu häufig eingesetzt werden. Der Antibiotika-Report der DAK-Gesundheit zeigt, dass 30 Prozent der Verordnungen potenziell unnötig sind. Denn die Mittel wirken nur bei bakteriellen Infektionen, gegen Viren sind sie machtlos. Trotzdem kommen sie oft bei Erkältung oder Husten zum Einsatz. Dadurch werden Bakterien resistent gegen die Wirkstoffe. Solche Keime können Infektionen verursachen, die nur noch schwer behandelbar sind.

Umdenken ist nötig

Bei Ärzten und Patienten ist deshalb ein Umdenken nötig: Antibiotika sollten nur dann eingenommen werden, wenn es sein muss. Bei Erkältungen reichen Geduld und Hausmittel meist aus, um gesund zu werden. Doch viele erwarten

ein Antibiotikum, um schnell wieder fit zu sein. Das ist nur dann gerechtfertigt, wenn dem Virus ein bakterieller Infekt folgt. Wer sich darüber im Klaren ist, fordert kein Antibiotika-Rezept vom Arzt.

Weniger Antibiotika für Kinder

Kindergartenkinder sind die Spitzenreiter im Antibiotika-Verbrauch. Laut DAK-Studie bekommen 41 Prozent der Vier- bis Sechsjährigen Antibiotika – oft bei Bronchitis, Mittelohrentzündungen und Erkältungen. Beschwerden, bei denen Antibiotika nur in Ausnahmefällen sein müssen. „Eltern wollen, dass es den Kleinen schnell besser geht. Dass Ruhe und schmerzlindernde Mittel meist sinnvoller sind als Antibiotika,

ist vielen nicht klar“, sagt Klaus Reichert von der DAK-Gesundheit. Dabei gehen in den meisten Fällen die Infekte innerhalb weniger Tage folgenlos vorbei, auch ohne Medikamente.

Sanfte Alternativen

Wenn Kinder krank sind, brauchen sie Ruhe und Geborgenheit. „Wichtig ist auch möglichst viel zu trinken“, rät Reichert. „Vor allem, weil viele kleine Patienten bei Erkältungen nicht viel essen.“ Nasentropfen oder -spülungen halten die Verbindung zwischen dem Nasen-Rachen-Raum frei und beugen beispielsweise auch Mittelohrentzündungen vor.

Gesamtzustand entscheidet

„Wenn ein krankes Kind ausreichend trinkt und spielt, besteht kein Grund zur Sorge“, so

Reichert. „Ist es schläfrig oder sogar lethargisch, muss es zum Arzt.“ Manchmal setzen sich Bakterien auf den viralen Infekt. „Das nennt sich dann Superinfektion“, erklärt der DAK-Gesundheitsexperte. In solchen Fällen können Antibiotika durchaus sinnvoll sein.“ Wichtig ist das vertrauensvolle Gespräch zwischen Arzt und Eltern – und ein umsichtiger Umgang mit Antibiotika.



Klaus Reichert

Leiter Servicezentrum,
DAK-Gesundheit
Garmisch-Partenkirchen