



## Hinweise zur Antibiotikatherapie

Antibiotika helfen bei bakteriellen Infektionen. Sie helfen nicht gegen Viren. Um zu unterscheiden, ob Ihre Symptome von Bakterien oder Viren hervorgerufen werden, braucht man Informationen über den Krankheitsverlauf, eine genaue körperliche Untersuchung und oft einen CRP-Test (Bluttest), der bei viralen Infektionen nicht oder nur minimal ansteigt.

Sollte Ihnen ein Antibiotikum verschrieben worden sein, ist es sinnvoll, **dieses genau nach Vorschrift einzunehmen**: alle 8 oder alle 12 Stunden. Sie sollten nicht von allein die Dosis reduzieren! Das könnte zu Resistenzen führen.

Es gibt verschiedene Antibiotika-Familien. Sie töten Bakterien oder hemmen deren Wachstum. Zwei Familien dürfen nicht mit Milch eingenommen werden: die Tetracycline und die Fluorchinolone.

Die Tabletten verträgt man am besten, wenn sie mit dem oder nach dem Essen geschluckt werden. Da viele Antibiotika leider auch Bakterien stören, die wichtig für uns sind, versuchen wir „gute Bakterien“ im Darm zu unterstützen. Deshalb verschreibe ich meist ein **Probiotikum** zum Antibiotikum dazu. Das Probiotikum „pflegt“ die „guten Bakterien“ und sollte im Abstand von 1-2 Stunden zum Antibiotikum dazu genommen werden, sonst tötet das Antibiotikum die „guten Keime“ gleich.

Untertags sollten Milchprodukte mit Lactobacillen eingenommen werden- wie Joghurt, Sauermilch oder Kefir, Bei Frauen, die unter Antibiotikagabe zu **Pilzinfektionen** neigen, ist es sinnvoll, die Vagina mit **Lactobacillen-Zäpfchen** anzusäuern, damit diese gesunden Keime eine Überwucherung der Pilze verhindern.

Einige Antibiotika werden vorwiegend über die Leber abgebaut, Bei Einnahme von Metronidazol, Trimethoprim, Cotrimoxazol, Erythromycin und einiger Cephalosporine und bei vorgeschädigter Leber sollte kein Alkohol konsumiert werden.

Alle Medikamente, die wirken, können auch unerwünschte Wirkungen haben. Es gibt Unverträglichkeiten mit Übelkeit , Durchfall und Erbrechen, Allergien, und manchmal ist das gewählte Medikament nicht ausreichend wirksam. Bitte sprechen Sie dann mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin!

Meist helfen diese wichtigen Medikamente uns aber rasch gesund zu werden.