

## WENN ANTIBIOTIKA NICHT MEHR WIRKEN



Foto: © Reicher - Fotolia.com

### LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

Antibiotika sind wirksame Medikamente zur Behandlung von Infektionen durch Bakterien. Beim Anwenden von Antibiotika können sogenannte *Resistenzen* (Widerstandsfähigkeiten) auftreten. Das bedeutet, dass diese Medikamente nicht mehr gegen die Bakterien wirken. In dieser Information erfahren Sie, wie Antibiotika-Resistenzen entstehen, warum sie gefährlich sind und was Sie selbst tun können.

#### Auf einen Blick: Antibiotika-Resistenzen

- Erkrankungen durch Bakterien lassen sich meist wirksam mit Antibiotika behandeln.
- Manchmal werden Bakterien unempfindlich gegenüber Antibiotika. In der Fachsprache heißt dies *Antibiotika-Resistenz*. Die üblichen Medikamente wirken dann nicht mehr.
- Infektionen mit resistenten Bakterien sind schwieriger zu behandeln. Bisher gut behandelbare Infektionen können sogar lebensbedrohlich werden.
- Das Entstehen von Resistenzen kann verlangsamt werden: Infektionen lassen sich durch Hygieneregeln, wie Händewaschen, vermeiden. Je weniger Infektionen auftreten, desto weniger Antibiotika werden benötigt.
- Verschreibt Ihr Arzt Ihnen ein Antibiotikum, wenden Sie dieses wie verordnet an.

#### ▶ WAS IST EINE ANTIBIOTIKA-RESISTENZ?

Antibiotika bekämpfen Bakterien, indem sie diese abtöten oder ihre Vermehrung und ihr Wachstum hemmen. Bakterien sind aber sehr anpassungsfähig und wahre Überlebenskünstler. Sie vermehren sich sehr schnell und in großer Zahl. Dabei können spontan Veränderungen im Erbgut der Bakterien auftreten. Manche dieser Veränderungen lassen Erreger unempfindlich gegenüber Antibiotika werden.

#### ▶ WESHALB ENTSTEHEN RESISTENZEN?

Antibiotika-Resistenzen entstehen vor allem, weil Antibiotika nicht richtig angewendet werden, zum Beispiel:

- Antibiotika werden zu häufig, zu kurz oder zu niedrig dosiert eingenommen.
- Antibiotika werden eingesetzt, obwohl sie nicht wirken, zum Beispiel bei Infektionen mit Viren.
- Antibiotika finden in der Tierhaltung häufig Verwendung und begünstigen damit die Entstehung resistenter Bakterien.

#### ▶ WAS SIND DIE FOLGEN?

Je häufiger Antibiotika verordnet und eingenommen werden, desto höher ist das Risiko, dass sich resistente Bakterien entwickeln und ausbreiten.

Besonders für Kleinkinder, für ältere oder dauerhaft kranke Menschen kann dies ernste Folgen haben:

- Infektionen dauern länger an.
- Infektionen sind schwieriger zu behandeln.
- Bisher gut behandelbare Infektionen können lebensbedrohlich werden.
- Für einige Infektionen stehen kaum noch wirksame Antibiotika zur Verfügung.
- Infizierte Menschen benötigen spezielle Antibiotika, die häufig mehr Nebenwirkungen haben.
- Aufenthalte im Krankenhaus werden länger und häufiger.
- Patienten müssen häufiger räumlich von anderen Personen abgetrennt werden.
- Es können sich Bakterien entwickeln, die widerstandsfähig gegen viele verschiedene Antibiotika sind, sogenannte *multiresistente Erreger (MRE)*. Die üblichen Antibiotika wirken dann nicht. Mehr zu diesem Thema finden Sie in dem Informationsblatt "Multiresistente Erreger": siehe Kasten Rückseite.

### ▶ WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Es ist wichtig, Infektionen zu vermeiden. Denn: Je weniger Infektionen auftreten, desto weniger Antibiotika werden benötigt und die Bildung von Resistenzen kann verlangsamt werden. Experten schätzen, dass bis zu 30 von 100 Infektionen durch Hygienemaßnahmen vermieden werden können. Folgendes können Sie zum Beispiel tun:

- An allererster Stelle steht: regelmäßiges und gründliches Händewaschen. Denn viele Erreger verbreiten sich durch direkten Kontakt über die Hände.
- Besonders wichtig ist das Händewaschen nach dem Toilettengang, wenn Sie Windeln gewechselt haben, nach Kontakt mit Tieren und nach dem Umgang mit rohem Fleisch.
- Benutzen Sie beim Naseputzen stets ein Einmaltaschentuch und entsorgen Sie es sofort. Waschen Sie sich danach möglichst die Hände, um die Erreger nicht auf andere Menschen zu übertragen.
- Husten Sie möglichst nicht in die Hand, sondern in Ihren Ärmel. So bleiben Ihre Hände sauber. Halten Sie beim Husten Abstand zu anderen Personen.
- Versuchen Sie, die Hände möglichst vom Gesicht fernzuhalten.
- Handtücher, Waschlappen und Hygieneartikel wie Zahnbürsten sollten Sie nur für sich verwenden.
- Waschen Sie rohes Obst und Gemüse gründlich. Achten Sie beim Zubereiten von Lebensmitteln darauf, Schneidebretter und Messer mit Reinigungsmittel und Wasser zu waschen – besonders, wenn Sie rohes Fleisch verarbeiten.
- In geschlossenen Räumen kann die Anzahl von Krankheitserregern in der Luft ansteigen. Lüften Sie deshalb mehrmals am Tag für einige Minuten.
- Die meisten Erreger überleben Temperaturen über 60°C nicht. Waschen Sie Ihr Geschirr und Ihre Wäsche regelmäßig bei höheren Temperaturen.
- Stellen Sie sicher, dass Sie und Ihre Familie die empfohlenen Impfungen erhalten. Denken Sie auch an die erforderlichen Auffrischimpfungen.
- Nehmen Sie Antibiotika wie vom Arzt verordnet ein. Es ist wichtig, sie in regelmäßigen Abständen, in ausreichender Dosis und lange genug einzunehmen. Allgemeine Hinweise zum Thema Antibiotika finden Sie in dem Informationsblatt „Behandlung mit Antibiotika“: siehe Kasten unten.
- Nehmen Sie kein Antibiotikum, das anderen Personen verschrieben wurde. Geben auch Sie niemandem Ihr Antibiotikum – selbst dann nicht, wenn die Krankheitszeichen sehr ähnlich erscheinen.
- Entsorgen Sie alte Medikamente oder Medikamentenreste nicht über die Toilette oder das Waschbecken. Dies belastet die Umwelt und kann zur Bildung von Resistenzen beitragen. Sie können die Medikamente in den Hausmüll geben.
- Ihr Wohnumfeld sollte sauber sein. Dafür sind übliche Haushaltsreiniger ausreichend.
- Spezielle Desinfektionsmittel können erforderlich sein, wenn ein Angehöriger eine ansteckende Krankheit oder eine Immunschwäche hat. Besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt.

### ▶ MEHR INFORMATIONEN

#### Quellen, Methodik und weiterführende Links

Der Inhalt dieser Information beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Forschungsergebnissen und Empfehlungen für Patienten von Patienten.

Methodik und Quellen: [www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/antibiotika](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/antibiotika)

Informationsblätter „Antibiotika – Behandlung“ und „Multiresistente Erreger“: [www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)

Verantwortlich für den Inhalt:  
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)  
Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)  
und Bundesärztekammer (BÄK)  
Telefon: 030 4005-2501 • Telefax: 030 4005-2555  
E-Mail/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)  
[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)  
[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



Mit freundlicher Empfehlung