

Gesundheitstipp

ANTIBIOTIKA richtig EIN- NEHMEN

www.regiomed-kliniken.de



GESUNDHEIT GANZ NAH.
WIR SIND DA.

Antibiotika richtig einnehmen

Nahezu jeder Mensch muss im Laufe seines Lebens irgendwann Antibiotika einnehmen. Diese Medikamente sind wahre Wunderwaffen gegen viele bakterielle Erkrankungen. Leider haben sich mittlerweile etliche Bakterienstämme an die verfügbaren Antibiotika gewöhnt, sodass diese unwirksam werden. Man spricht dann von Resistenzen. Um weitere Resistenzen zu vermeiden, ist die korrekte Einnahme der Antibiotika enorm wichtig.

Wann werden Antibiotika eingesetzt?

Antibiotika wirken ausschließlich gegen Bakterien. Bei schwerwiegenden Erkrankungen wie z.B. bakterieller Lungen- oder Hirnhautentzündung können sie mitunter lebensrettend sein. Bei Krankheiten, die durch Viren verursacht werden, helfen Antibiotika hingegen nicht. Hierzu zählen z.B. die meisten Erkältungs- und Durchfallerkrankungen sowie Grippe.

Wie müssen Antibiotika eingenommen werden?

- Halten Sie sich exakt an die Vorgaben Ihres Arztes.
- Auch wenn Ihre Beschwerden abklingen, muss die Einnahme über die gesamte verordnete Dauer fortgeführt werden. Nur so wird vermieden, dass krankmachende Bakterien überleben und Resistenzen ausbilden.
- Antibiotika dürfen nicht an andere Personen weitergegeben werden, auch wenn diese vermeintlich die gleichen Beschwerden haben.
- Einige Lebensmittel können die Wirkung von Antibiotika verändern. Nehmen Sie Tabletten daher nur mit Wasser ein und vermeiden Sie mindestens 2 Stunden vor und nach der Einnahme alle Milchprodukte sowie Lebensmittel, die Grapefruit enthalten.

- Während der Zeit der Antibiotika-Einnahme ist Alkohol tabu.
- Fragen Sie Ihren Arzt, ob die Antibiotika-Einnahme zu, vor oder nach den Mahlzeiten erfolgen soll und halten Sie sich strikt daran. Ebenso wichtig ist es, die Abstände zwischen den einzelnen Einnahmen einzuhalten (3 x täglich heißt z.B. alle 8 Stunden).

Wichtig zu wissen:

Antibiotika beeinflussen mitunter die Wirkung anderer Medikamente (und andersherum). Informieren Sie unbedingt den behandelnden Arzt, falls Sie regelmäßig Medikamente einnehmen.

Sofern Sie die **Antibaby-Pille** nehmen, sollten Sie vorsichtshalber auf zusätzliche Verhütungsmittel zurückgreifen. Einige Antibiotika hemmen die Wirkung der „Pille“, sodass eine sichere Verhütung nicht mehr gewährleistet ist.

Was tun bei Nebenwirkungen?

Da Antibiotika neben den krankmachenden Bakterien auch „gute“ Bakterien angreifen können, kommt es leider manchmal zu Nebenwirkungen. Typisch sind Magen-Darm-Beschwerden, Pilzinfektionen oder Hautreaktionen. Sollten bei Ihnen Nebenwirkungen auftreten, **setzen Sie das Antibiotikum nicht eigenmächtig ab, sondern sprechen Sie zunächst mit Ihrem Arzt.** Er wird gemeinsam mit Ihnen entscheiden, ob der Nutzen des Medikaments die Nebenwirkungen überwiegt. Evtl. wird er parallel die Nebenwirkungen behandeln, sodass die Antibiotikum-Einnahme für die gesamte notwendige Dauer fortgesetzt werden kann.