

# Presse-Information

## Richtige Anwendung von Antibiotika

### **Infektionen wirksam bekämpfen und Resistenzen vermeiden**

**Hannover, 24.09.2024** – Um die stetig wachsende Anzahl von Bakterien einzudämmen, die gegen mindestens ein Antibiotikum resistent sind, hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) zum ersten Mal Empfehlungen für die sichere Produktion von Antibiotika veröffentlicht. Bereits heute sind in Deutschland bis zu 9.700 Todesfälle pro Jahr direkt auf Antibiotikaresistenzen zurückzuführen. Weitere wichtige Faktoren, um die Verbreitung widerstandsfähiger Erreger zu vermeiden, sind Therapietreue und die richtige Entsorgung der Medikamente, betont die Apothekerkammer Niedersachsen. Halten Patientinnen und Patienten die verordneten Einnahmezeitpunkte, die Einnahmedauer und die Dosierung nicht genau ein, kann es passieren, dass die Krankheit nicht auskuriert wird, sich die Therapiedauer verlängert und Resistenzen entstehen. Die Apothekerinnen und Apotheker vor Ort beraten Erkrankte während der gesamten Arzneimitteltherapie und informieren über die Wirkung aller Medikamente.

#### **Einnahmezeitpunkte und Dosis exakt einhalten**

Damit Antibiotika schnell und wirksam die Bakterien bekämpfen können, müssen sie korrekt eingesetzt werden. Vielen Patientinnen und Patienten ist nicht bewusst, dass sie den zeitlichen Abstand zwischen den Einnahmen genau einhalten müssen. Nur so bleibt die Wirkstoffmenge im Körper gleichmäßig hoch. Geben die Hausarztpraxis, das Team in der Apotheke oder der Beipackzettel die Anweisung, das Antibiotikum dreimal täglich anzuwenden, heißt das, dass die verschriebene Menge alle acht Stunden einzunehmen ist. Nur so ist sichergestellt, dass das Medikament die Bakterien wirksam abtöten (sogenannte bakterizide Antibiotika) oder ihr Wachstum hemmen (bakteriostatische Antibiotika) kann. Erkrankte sollten die Tabletten jeweils mit einem großen Glas Leitungswasser schlucken. Auch Unterdosierungen können Resistenzen bewirken.

#### **Niemals eigenmächtig absetzen oder einnehmen**

Patientinnen und Patienten sollten ein Antibiotikum stets so lange einnehmen, wie die behandelnde Ärztin oder der behandelnde Arzt dies verordnet hat. Die Einnahmedauer kann je nach Diagnose unterschiedlich lang sein. Erkrankte, die ihr Medikament eigenmächtig zu früh absetzen, riskieren durch eine zu kurze und zu niedrig dosierte Therapie, dass sich die Infektion verlängert oder die Bakterien resistent werden. Falls ein Antibiotikum in den ersten Tagen nicht „anschlägt“, sollte dringend nochmal die Arztpraxis aufgesucht werden.

## **Nur verordnete Antibiotika einnehmen**

Wer sich krank fühlt, sollte keinesfalls Tabletten einnehmen, die nach einer früheren Therapie noch „übrig“ sind oder von Familienmitgliedern stammen. Vielmehr sollten Restbestände sofort fachgerecht entsorgt werden. Dies ist bei der örtlichen Deponie, dem Schadstoffmobil oder einem Recyclinghof möglich. In den Restmüll sollten Altarzneimittel nur geworfen werden, wenn dieser von der jeweiligen Abfallwirtschaft verbrannt wird. Medikamente dürfen nie über die Toilette oder Spüle entsorgt werden, da die Wirkstoffe über das Abwasser in die Umwelt gelangen und neue Resistenzen fördern können.

## **Wechselwirkungen vermeiden**

Erkrankte, denen ein Antibiotikum verschrieben wurde, sollten sich in der Apotheke vor Ort zu möglichen Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten wie beispielsweise der Antibabypille oder mit Nahrungsmitteln beraten lassen. Nur so kann sichergestellt werden, dass die Antibiotikatherapie wirkt und keine anderen Behandlungen beeinträchtigt werden. Zum Beispiel kann es bei der gemeinsamen Einnahme von Antibiotika der Wirkstoffgruppen Tetracycline oder Gyrasehemmer mit Fruchtsäften, Mineralien oder milchhaltigen Produkten zu unerwünschten Interaktionen kommen. Einige Medikamente gegen Magenbeschwerden binden die Wirkstoffe unter Umständen so fest, dass kein ausreichender Wirkstoffspiegel mehr erreicht wird. Außerdem können Antibiotika durch ihre breite Wirkung gegebenenfalls Nebenwirkungen auslösen, die zum Beispiel die Darmflora aus dem Gleichgewicht bringen. Verschaffen verordnete Antibiotika den Erkrankten nicht schnell genug Linderung, empfehlen Apothekerinnen und Apotheker auch weitere Haus- oder Arzneimittel, die die Beschwerden zwischenzeitlich bessern können.

## **Hygiene kann Infektionen vermeiden**

Trotz ihrer wichtigen Rolle in der modernen Medizin kann der Einsatz von Antibiotika immer auch die Bildung und Verbreitung von Resistenzen bewirken. Oft lassen sich Infektionen und damit der Bedarf an Antibiotika durch einfache Hygienemaßnahmen vermeiden. So sollte sich jede und jeder mehrmals täglich mit Wasser und Seife für circa 30 Sekunden gründlich die Hände waschen. Das gilt insbesondere nach jedem Toilettengang, vor jeder Mahlzeit und nachdem Tiere oder rohes Fleisch berührt wurden. Auch nach dem Naseputzen sollten die Hände gewaschen werden. Für das Putzen selbst eignen sich am besten Einmaltaschentücher, die anschließend sofort zu entsorgen sind. Wer husten oder niesen muss, sollte dies in die Armbeuge tun, nicht in die Hand, und dabei Abstand zu anderen halten. Man sollte das eigene Gesicht so selten wie möglich mit den Händen berühren. Auch mehrmaliges tägliches Lüften für mehrere Minuten und mit komplett offenen Fenstern hilft.

Das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung informiert unter [www.antibiotikastrategie.niedersachsen.de](http://www.antibiotikastrategie.niedersachsen.de) über Maßnahmen, um den Antibiotikaeinsatz zu optimieren und dadurch Resistenzen zu vermeiden. Die Informationen richten sich gleichermaßen an das Fachpublikum sowie Patientinnen und Patienten.

*Der Apothekerkammer Niedersachsen gehören über 8.200 Mitglieder an. Die Apothekerin und der Apotheker sind fachlich unabhängige Heilberufler:innen. Der Gesetzgeber hat den*

*selbstständigen Apotheker:innen die sichere und flächendeckende Versorgung der Bevölkerung mit Arzneimitteln übertragen. Der Beruf erfordert ein vierjähriges Pharmaziestudium an einer Universität und ein praktisches Jahr. Dabei erwerben die Studierenden Kenntnisse in pharmazeutischer Chemie und Biologie, Technologie, Pharmakologie, Toxikologie und Klinische Pharmazie. Nach dem Staatsexamen erhalten die Apotheker:innen eine Approbation. Nur mit dieser staatlichen Zulassung können sie eine öffentliche Apotheke führen. Als Spezialist:innen für Gesundheit und Prävention beraten die Apotheker:innen die zur Ausübung der Heilkunde berechtigten Personen kompetent und unabhängig über Arzneimittel und apothekenpflichtige Medizinprodukte. Apotheker:innen begleiten Patient:innen fachlich, unterstützen menschlich und helfen so, die Therapie im Alltag umzusetzen.*

Zeichen 6.654 inkl. Leerzeichen

Diese Pressemitteilung finden Sie auch unter [www.apothekerkammer-niedersachsen.de](http://www.apothekerkammer-niedersachsen.de).

**Pressekontakt der Apothekerkammer Niedersachsen:**

AzetPR

Andrea Zaszczynski

Wrangelstraße 111, 20253 Hamburg

Telefon: 040 / 41 32 700

[info@azetpr.com](mailto:info@azetpr.com)

**Apothekerkammer Niedersachsen**

Panagiota Fyssa

An der Markuskirche 4

30163 Hannover

Telefon: 0511 39099-0

[presse@apothekerkammer-nds.de](mailto:presse@apothekerkammer-nds.de)

[www.facebook.com/apokammer.nds](https://www.facebook.com/apokammer.nds)

[www.gesundheit-dossier.de](http://www.gesundheit-dossier.de)