Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 6: Der Sommer fordert die Allergiker heraus

Artikel: Zu viele Antibiotika machen oft eher krank als gesund
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557962

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Zu viele Antibiotika machen oft eher krank als gesund

Obwohl die Antibiotika-Euphorie längst passé ist, werden auch heute noch viel zu oft viel zu viele Antibiotika geschluckt. Sie können zwar in Notfällen lebensrettend sein. Dies sei keineswegs bestritten. Doch in vielen Fällen sind sie völlig unnötig und schaden auf die Dauer sogar der Gesundheit. Sie zerstören nämlich die körpereigenen Abwehrstoffe, was letztendlich eher zu einer Immunschwäche führen kann.

«Viele Hausärzte und Spezialisten haben nicht nur die Gewohnheit, sehr schnell Antibiotika zu verschreiben, sondern sie verordnen überdies bei Infektionskrankheiten oft zu lange Kuren. Eine Antibiotikum-Kur von 10 Tagen ist z.B. überhaupt keine Ausnahme. Auch wenn der Patient schon längst gesund ist, muss die Kur trotzdem beendet werden. Ich frage mich: Ist das überhaupt nötig? Gibt es theoretische, wissenschaftliche Gründe dafür? Nun, wenn man die neue medizinische Literatur darüber nachschlägt, dann findet man eigentlich kaum noch Argumente, die dafür sprechen.» Diese Worte stammen vom Mikrobiologen Dr. A. de Jong.

Nützliche Bakterien werden zerstört

Dr. de Jong mahnt also zur Vorsicht beim Gebrauch von Antibiotika, obwohl er gleichzeitig der Ansicht ist, dass diese für die Bekämpfung von wirklich schweren Infektionen immer noch unentbehrlich seien, beispielsweise bei Meningitis (Hirnhautentzündung) oder bei einer heftigen Lungenentzündung. Sonst ist es in einer Hausarztpraxis nur selten nötig, Antibiotika zu geben. Allerdings ist der Arzt bei gewissen venerischen Krankheiten gesetzlich verpflichtet, Antibiotika abzugeben.

Es gibt zwei wichtige Gründe, weshalb die Ärzte das Verschreiben von Antibiotika auf ein absolutes Minimum reduzieren sollten: «Erstens zerstören Antibiotika nicht nur Krankheitserreger, sondern gleichzeitig

Abwehrkraft erhöhen

Antibiotika schwächen das Immunsystem nur, während die Infektion, die den Gebrauch von Antibiotika nötig machte, schon auf ein geschwächtes Immunsystem hinweist. Bei Infektionen sollte deshalb immer in erster Linie die Abwehrkraft des Patienten gestärkt werden, zum Beispiel mit gesunder Ernährung, aber auch mit Heilpflanzen. Der rote Sonnenhut (Echinacea) ist eine äusserst wirksame, natürliche Heilpflanze zur Stärkung der Abwehrkraft. Er hilft bei Entzündungen und Infektionen wie Grippe und Erkältung.

auch andere Bakterien, die zu unserer körpereigenen Bakterienflora gehören. Und gerade weil wir unsere Bakterienflora so dringend als Abwehrmechanismus gegen unerwünschte Gäste brauchen, muss man ein unnötiges und übermässiges Einnehmen von Antibiotika vermeiden.»

Eine hervorragende Heilpflanze zur Stärkung des Immunsystems ist der Rote Sonnenhut (Echinacea purpurea). Anstatt Bakterien zu zerstören, unterstützt er die körpereigene Abwehr des Organismus.

Als zweite Gefahr beim zu verschwenderischen Umgang mit Antibiotika nennt der Mikrobiologe die Tatsache, dass bestimmte Bakterienstämme auf die Dauer gegen Antibiotika resistent werden können. «Mit dem Resultat, dass man gegen eine starke Infektion mit durchschnittlichem Antibiotikum kaum mehr etwas erreichen kann.»

Antibiotika-Missbrauch bei Grippe und Erkältung

Ein typisches Beispiel von Antibiotika-Missbrauch ist der Einsatz solcher Präparate bei viralen Infektionen wie Grippe oder Erkältung. Dr. de Jong: «Es ist ein absoluter Unsinn, in einem solchen Fall Antibiotika zu geben, denn Antibiotika wirken nur gegen Bakterien, nicht aber gegen Viren.»

Das vorsorgliche Verschreiben ist eine weitere Art von Antibiotika-Missbrauch. Nicht selten werden vor chirurgischen Eingriffen Antibiotika verabreicht. Es gibt Spitäler, in denen man den Patienten bis zu fünf Tage lang Antibiotika zur Vorbeugung gegen Infektionen gibt. Dies ist eine völlig sinnlose Prozedur. Fragwürdig ist auch das Verabreichen von Antibiotika an Asthmatiker. «Asthma hat nämlich wenig oder gar

nichts mit Bakterien zu tun. Asthma ist eine allergische Reaktion und verlangt deshalb eine völlig andere Behandlung.»

Zwei Tage fieberfrei und dann stoppen

Vor etwa zehn Jahren wurde bei einer Hirnhautentzündung eine Standard-Antibiotika-Kur von drei Wochen verordnet. In den USA hat man jedoch Patienten mit Hirnhautentzündung untersucht, denen man nur sieben Tage lang Antibiotika gab. Das Resultat war dasselbe, es gab überhaupt keinen Unterschied. Patienten mit Hirnhautentzündung können in Wirklichkeit sogar schon nach zwei Tagen gesund an der Infusion hängen. Kurz, man muss schon sehr schwerwiegende Argumente haben, um solche Patienten noch drei Wochen lang an der Infusion zu lassen. Dazu Dr. Jong: «Nützt es nichts, so schadet es doch.»

Noch ein Beispiel: eine einfache Infektion der Harnwege. Auch in diesem Fall war es vor etwa zehn Jahren noch üblich, zehn Tage lang Antibiotika zu geben. Nun sind jedoch drei Tage schon genug. Ist die Infektion dann noch nicht vorbei, stimmt möglicherweise mit den Harnwegen selbst etwas nicht.

Wie lange darf eine Antibiotika-Kur heute noch dauern? Bei grösseren Kindern und bei Erwachsenen sollte man sich an die Regel halten: zwei Tage fieberfrei mit Antibiotika, und dann stoppen. Sollte eine Infektion dann nicht geheilt sein, müssen andere Massnahmen getroffen werden.

Auch der Patient trägt Verantwortung

Vor allem Hausärzte werden wiederholt mit Patienten konfrontiert, die unbedingt Penizillin wollen, wenn sie beispielsweise Halsweh haben. «Jeder Patient sollte sich bewusst sein, dass mit dem Gebrauch von Antibiotika auch Nachteile verbunden sind», mahnt Dr. de Jong, «es ist bestimmt kein Wundermittel, das alles heilen kann.»

Ein Patient, der von seinem Hausarzt zum Beispiel für eine Infektion der Harnwege eine Antibiotika-Kur von mehr als drei bis vier Tagen verschrieben bekommt, muss auch ruhig sagen dürfen, dass er das zu lange findet. Schliesslich steigt einer, der Äpfel vom Boden aus pflücken kann, auch nicht auf eine Leiter. Auch die Antibiotika soll man nur gebrauchen, wenn es wirklich nötig ist.

Naturärzte geben praktisch nie Antibiotika

Naturärzte geben ihren Patienten praktisch nie Antibiotika. Antibiotika töten nicht nur schädliche Mikroorganismen, sondern auch allerlei nützliche Bakterien. Dadurch können sie unser Immunsystem ganz oder teilweise lähmen oder zumindest beschädigen. Letzteres ist vor allem im Darm der Fall, wo gewisse Antibiotika die Darmflora stören und dadurch Gärungen entstehen können. In der Folge gelangen giftige Abfallprodukte via Blut in die Leber. Eine gefährliche Entwicklung, denn wenn dieser Prozess über Jahre anhält, kann die Leber in ihrem Vermögen, giftige Stoffe zu neutralisieren, ernsthaft beschädigt werden.