

# Durchfall durch Antibiotika

Was Sie bei der Einnahme von  
Antibiotika beachten sollten

AAD –

Antibiotika-assoziierte Diarrhoe



## Einleitung

Der Einsatz von Antibiotika zur Behandlung bakterieller Infektionserkrankungen ist aus der modernen Medizin nicht mehr wegzudenken. Kaum eine medizinische Entwicklung war bahnbrechender als die von Penicillin im Jahre 1928. Heute stehen als Ergebnis systematischer Forschung eine große Vielzahl hochwirksamer Antibiotika zur Bekämpfung der unterschiedlichsten Bakterien zur Verfügung. Doch eines ist all diesen Substanzen gemein: das Risiko der Entwicklung von Resistenzen. Die Antibiotika verlieren ihre Wirkung.

Die Bildung resistenter Keime wird immer dann begünstigt, wenn Antibiotika nicht den Vorschriften gemäß eingenommen werden. Meistens geschieht dies aufgrund der weit verbreiteten, aber nur selten wirklich begründeten Furcht vor Nebenwirkungen. Häufig hält man sich dann nicht an die vom Arzt verordnete Dosierung oder aber die Behandlung wird zu früh abgebrochen.

Dieser kleine Ratgeber der Deutschen Gesundheitshilfe enthält einige wichtige Informationen, was es bei der Einnahme von Antibiotika zu beachten gilt und wie insbesondere deren Magen-Darm-Verträglichkeit in vielen Fällen deutlich verbessert werden kann.

Bleiben Sie gesund! Wir helfen Ihnen gerne.

Ihre Deutsche Gesundheitshilfe

## Mehr als 20 Millionen Verordnungen pro Jahr

Einer Analyse des Zentralinstituts für die kassenärztliche Versorgung zufolge haben im Jahr 2010 rund 22 Millionen Kassen-Patienten in Deutschland ein Antibiotika-Rezept erhalten. Hinzu kommen die Verordnungen auf Privat-Rezept. Angaben der Stiftung Warentest belaufen sich auf 40 Millionen Verordnungen pro Jahr! Entsprechend wichtig ist die Befolgung der ärztlichen Einnahme-Hinweise. Aber noch immer gibt es zu viele Patienten, die aufgrund von Verträglichkeits-Bedenken die notwendige tägliche Dosis herabsetzen oder sogar die Therapie ganz abbrechen, ohne dies mit ihrem Arzt abzustimmen. Dies gefährdet nicht nur den Therapieerfolg, sondern erhöht zudem das Risiko von Resistenzbildungen – mit all ihren dramatischen Folgen.

## Besonders häufig: Darm-Unverträglichkeiten

Für die Betroffenen besonders unangenehm sind Unverträglichkeiten im Magen-Darm-Bereich. Typische Anzeichen sind Durchfälle, die schon wenige Stunden nach der Antibiotika-Einnahme auftreten können. Nicht selten sind sie begleitet von leichter Übelkeit, Appetitlosigkeit oder auch Blähungen. Diese von Experten als „Antibiotika-assoziierte Diarrhoe“ (kurz AAD) bezeichnete Unverträglichkeit tritt in bis zu 25 % der Fälle nach Antibiotika-Gabe auf. Tendenz steigend.

Verursacht werden diese Unverträglichkeiten entweder durch einen direkten Effekt der Antibiotika auf den Verdauungstrakt oder durch eine Störung der Darmflora – denn durch die antibiotische Therapie werden nicht nur die krankmachenden Bakterien, sondern auch die körpereigenen „natürlichen“ Darmbakterien (Mikroflora) abgetötet. Diese aber sind in vielerlei Hinsicht unverzichtbar für eine gesunde Darmfunktion.

## **Komplikation: Krankenhaus-Keim Clostridium difficile**

Eine unter Ärzten besonders in Krankenhäusern gefürchtete Komplikation infolge der Antibiotika-verursachten Schädigung der körpereigenen Darmflora ist die Besiedlung des Darms mit gefährlichen – gegen viele Antibiotika mittlerweile resistenten – Bakterien, allen voran „Clostridium difficile“. Dieses auch als „Krankenhaus-Keim“ bezeichnete Bakterium scheidet Giftstoffe mit unmittelbar darmzellschädigendem Effekt aus – was dann zu einer teils drastischen Verstärkung des Durchfalls führen kann. In solchen Fällen steigt der behandelnde Arzt auf ein anderes, gegen Clostridium difficile (noch) wirksames Antibiotikum um.

Von der Behandlung der AAD ausgeschlossen sind Durchfallmittel, die ihre Wirkung über eine Hemmung der Darmbewegung entfalten. Diese teilweise sehr stark wirkenden „Motilitätshemmer“, wie beispielsweise der Wirkstoff Loperamid, verhindern, dass sich der Darm ordnungsgemäß entleeren kann. Infolgedessen können sich solche Bakterien, die in die Darmwand eindringen, vermehren und die Erkrankung verschlimmern.

## **Behandlung**

Zum Ausgleich des Wasser- und Mineralstoffverlustes ist bei Durchfall häufig die Einnahme von fertigen Elektrolytlösungen unumgänglich. Beachten Sie auch hier dringend den ärztlichen Rat! Als ein effektives Mittel zur Behandlung von Durchfall gilt der nach seinem Entdecker Boulard benannte Wirkstoff „Saccharomyces boulardii“ (siehe auch Infokasten). Gleich mehrere klinische Studien belegen die Wirksamkeit dieses auch als „Arzneihefe“ bezeichneten natürlichen und gut verträglichen Wirkstoffs.

So konnte in 5 großen Studien mit mehr als 1000 Patienten gezeigt werden, dass sich das AAD-Risiko bei frühzeitiger und ausreichend hoch dosierter Einnahme von *Saccharomyces boulardii*-haltigen Zubereitungen um mehr als 60 % senken lässt. In den USA finden entsprechende Mittel daher bereits seit Jahren routinemäßige Anwendung als Begleitmedikation in der Antibiotika-Therapie.

## Vielfältiges Wirkspektrum

Arzneihefe zeichnet sich durch ein breites Wirkspektrum aus. Daraus hergestellte Arzneimittel stabilisieren nach Meinung zahlreicher Experten nicht nur eine gesunde Darmflora und damit deren natürliche Schutzfunktion, sondern wirken auch regenerierend auf bereits geschädigte Darmzellen.

Bei der in der modernen Durchfallmedizin immer häufiger eingesetzten **Arzneihefe „Saccharomyces boulardii“** handelt es sich um einen natürlichen Mikroorganismus, der die menschliche Darmflora unterstützt und dem Durchfall gleich von verschiedenen Seiten aus entgegenwirkt.

Besonders effektiv entfalten solche *Saccharomyces*-Kulturen ihre Wirkung, die mittels eines speziell entwickelten, aufwendigen Verfahrens („Lyophilisierung“) hergestellt werden. Nahezu sämtliche klinischen Wirksamkeitsnachweise wurden mit solch „lyophilisierten“ Hefekulturen erbracht. Diese zeichnen sich u.a. durch eine schnell und zuverlässig einsetzende Wirkung aus. Aufgrund der guten Verträglichkeit sind entsprechende Arzneimittel nicht nur für Erwachsene, sondern auch schon für Kinder ab zwei Jahren geeignet.

Außerdem wird die Sekretion überschüssiger Flüssigkeit in den Darm effektiv unterbunden. Hinzu kommt, dass sich die speziell entwickelten Hefekulturen an schädliche Bakterien heften, diese inaktivieren und dem Körper dabei helfen, diese anschließend auszuscheiden.

Darüber hinaus – und dies macht *Saccharomyces* auch für die begleitende Antibiotika-Therapie besonders interessant – inaktiviert Arzneihefe auch bestimmte von Bakterien wie *Clostridium difficile* ausgeschiedene darmschädigende Giftstoffe. Schon aus diesem Grunde fordern Gesundheitsexperten immer wieder, bei der Antibiotika-Verordnung auch *Saccharomyces boulardii*-haltige Arzneimittel standardmäßig mit zu verordnen.

Außerdem – und dies rundet die Wirkeigenschaften arzneilich genutzter *Saccharomyces*-Kulturen ab – konnten auch eine Stimulation des darmeigenen Immunsystems sowie entzündungshemmende Eigenschaften nachgewiesen werden.

## **Bleiben Sie gesund!**

Nach Meinung führender Experten steht mit *Saccharomyces boulardii* somit ein moderner Wirkstoff zur Verfügung, mit dem sich Durchfallerkrankungen nicht nur wirksam behandeln, sondern bei rechtzeitiger Einnahme auch effektiv vorbeugen lassen. Wir von der Deutschen Gesundheitshilfe schließen uns nach gründlicher Analyse der vorliegenden medizinischen Daten dieser Auffassung an.

Weitere Informationen rund um das Thema „AAD“ finden Sie auch unter [www.gesundheitshilfe.de](http://www.gesundheitshilfe.de). Vor allem aber befolgen Sie bitte stets alle Hinweise Ihres Arztes / Ihrer Ärztin, denn dort sind Sie bekanntlich in den besten Händen.

# FÜR ALLE DURCHFÄLLE

## Perenterol®.

Wirkt zuverlässig und natürlich.

- + Wirkstoff: Saccharomyces boulardii
- + Im Akutfall und zur Vorbeugung (z. B. bei Reisen)
- + Entgiftet und regeneriert den Darm
- + Für Erwachsene und Kinder ab 2 Jahre



**Perenterol® forte 250 mg Kapseln. Wirkstoff:** Trockenhefe aus *Saccharomyces cerevisiae* Hansen CBS 5926 (Synonym: *Saccharomyces boulardii*). **Anwendungsgebiete:** Beschwerden bei akuten Durchfallerkrankungen, Reisedurchfällen (Vorbeugung u. Behandlung) sowie Durchfällen unter Sondenernährung. Begleitende Behandlung bei Akne. Für Kinder ab 2 Jahren und Erwachsene in der Selbstmedikation. Für Kinder unter 2 Jahren nur nach Rücksprache mit dem Arzt. **Warnhinweis:** Enthält Lactose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: November 2012. MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, Kuhloweg 37, 58638 Iserlohn. [www.perenterol.de](http://www.perenterol.de)



## Literatur- und Quellenhinweise

J. Hausmann · O. Schröder: Antibiotikaassoziierte Diarrhö. *Gastroenterologie* 2012 · 7:220–227

S. Krämer · S. C. Bischoff: Probiotika halten die Darmflora in der Balance. *MMW-Fortschr. Med.* Nr. 35-36/2006 (148. Jg.)

R. Fuhr · R. Stahlmann: Gastrointestinale Nebenwirkungen von Antibiotika: *Gastroenterologie* 2006 · 1:173–179R

H. Szajewska · J. Mrukowicz: Meta-analysis: non-pathogenic yeast *Saccharomyces boulardii* in the prevention of antibiotic-associated diarrhoea *Aliment Pharmacol Ther* 2005 · 22: 365–372

G. Breves · H. Holst: Probiotische Hefen, in: Stephan C. Bischoff (Hrsg.): *Probiotika, Präbiotika und Synbiotika*, Georg Thieme Verlag Stuttgart 2009

Antibiotika sind aus der modernen Medizin nicht mehr wegzudenken. Haben Sie doch dazu beigetragen, dass viele bakterielle Infektionskrankheiten heute gut behandelbar sind und vielfach ihren Schrecken verloren haben.

Aber – unser Gesundheitswesen sieht sich mit einem zunehmenden Problem konfrontiert: Antibiotika verlieren nicht selten ihre Wirkung – es bilden sich Resistenzen.

Eine der Ursachen ist die nicht ordnungsgemäße Einnahme aufgrund von Nebenwirkungen im Magen-Darm-Bereich. Hierfür typisch sind Durchfälle, die schon kurz nach Therapiebeginn auftreten können. Die Folge: Patienten reduzieren die Dosis oder setzen das Arzneimittel ab.

Worauf müssen Sie bei der Einnahme von Antibiotika achten? Wie kann die Magen-Darm-Verträglichkeit verbessert werden? Diese und weitere Fragen werden Ihnen in dieser Broschüre beantwortet.

---

### Deutsche Gesundheitshilfe e.V.

Hausener Weg 61 · 60489 Frankfurt am Main

Postfach 94 03 03 · 60461 Frankfurt am Main

Tel.: 0 69-78 00 42 · Fax: 0 69-78 77 00

[info@gesundheitshilfe.de](mailto:info@gesundheitshilfe.de)

1. Auflage · November 2013

© 2013 by Deutsche Gesundheitshilfe e.V. und  
Deutsche Gesundheitshilfe Service GmbH, Frankfurt/Main