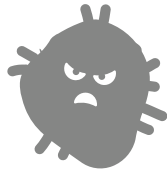


Was sind Antibiotika-Resistenzen?

Das Erbgut von Bakterien kann sich durch Zufall verändern. Dann haben sie plötzlich neue Eigenschaften – und ein Antibiotikum, das vorher noch wirksam war, kann sie nicht mehr abtöten. Die Bakterien sind widerstandsfähig (resistent) geworden.

Werden Antibiotika sehr häufig und unsachgemäß eingesetzt, kann sich ein resistent gewordener Erreger besonders gut vermehren. Denn er kann sich leicht gegen alle anderen Bakterien durchsetzen, die noch auf Antibiotika reagieren. Steckt sich jemand mit diesem resistenten Erreger an, hilft die bisherige Antibiotika-Behandlung nicht mehr.

Die Zahl der resistenten Bakterien steigt jährlich weiter an. Neue Antibiotika gibt es dagegen nur sehr wenige.



Helfen Sie mit!

Durch den verantwortungsvollen Umgang mit Antibiotika können Sie dazu beitragen, die Wirksamkeit dieser lebenswichtigen Medikamente zu erhalten.



Wichtig:

- Nehmen Sie bereits bei ersten Anzeichen für eine Harnwegsinfektion ärztlichen Rat in Anspruch, dann können komplizierte Krankheitsverläufe verhindert werden.
- Antibiotika – so oft wie notwendig, so selten wie möglich.
- Antibiotika sinnvoll einsetzen, damit sie auch morgen noch wirksam sind.

Herausgeber

AOK NordWest/AOK Rheinland/Hamburg/BKK-Landesverband NORDWEST/IKK classic/Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau als Landwirtschaftliche Krankenkasse/KNAPPSCHAFT/Techniker Krankenkasse (TK)/BARMER/DAK-Gesundheit/KKH Kaufmännische Krankenkasse/hkk – Handelskrankenkasse/HEK – Hanseatische Krankenkasse/Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)/Apothekerkammer Nordrhein/Apothekerkammer Westfalen-Lippe/Ärzttekammer Nordrhein/Ärzttekammer Westfalen-Lippe/Krankenhausgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V./Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein/Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe/Land Nordrhein-Westfalen, vertreten durch das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen. In Zusammenarbeit mit der Landesbehinderten- und Patientenbeauftragten NRW.

Impressum

Verlag & Redaktion: wdv Gesellschaft für Medien & Kommunikation mbH & Co. OHG, Siemensstr. 6, 61352 Bad Homburg v.d.H., Geschäftsführer: Thomas Kuhn, Florian Klein
Druck: AC medienhaus GmbH, Wiesbaden
Abbildungen: detailblick-foto - stock.adobe.com (S. 1); contrastwerkstatt - stock.adobe.com(S. 4)

Bestell-Nr.: 022/0743, Stand: Oktober 2021



Damit
Antibiotika auch
morgen noch
wirken



WÄRME
ALLEIN REICHT
MANCHMAL
NICHT AUS

... denn **Harnwegsinfektionen** müssen gezielt behandelt werden. Holen Sie frühzeitig ärztlichen Rat ein, um Komplikationen zu verhindern.



www.mags.nrw/antibiotika

Viele Harnwegsinfektionen verlaufen unkompliziert

Harnwegsinfektionen werden zumeist von körpereigenen Bakterien ausgelöst. Sie gelangen für gewöhnlich aus dem Darm oder dem Genitaltrakt durch die Harnröhre zur Blase oder sogar bis zu den Nieren. Harnwegsinfektionen sind nicht ansteckend.

Frauen sind etwa viermal häufiger als Männer von Harnwegsinfektionen betroffen. Denn die weibliche Harnröhre ist kürzer. Dadurch können Bakterien leichter in die Blase gelangen.

Typische Symptome einer unkomplizierten Harnwegsinfektion sind:

- Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen
- ausgeprägter Harndrang sowie häufiges Wasserlassen

Wenn keine Vorerkrankungen der Nieren und der ableitenden Harnwege bekannt sind und auch keine Immunschwäche vorliegt, kann bei leichten Beschwerden eine Behandlung ohne Antibiotika erwogen werden. Lassen Sie sich dazu ärztlich beraten.



Was können Sie selbst tun?

- Ruhe und Schonung
- Ausreichend trinken
- Wärmekissen zur Linderung der Schmerzen
- Schmerzstillende Medikamente

Wann muss mit Antibiotika behandelt werden?

Komplizierte Harnwegsinfektionen müssen in aller Regel mit Antibiotika behandelt werden. So lassen sich aufsteigende Infektionen mit Beteiligung der Nieren und anderer Organe verhindern.

Suchen Sie bitte umgehend die Arztpraxis auf bei:

- **ausgeprägten typischen Symptomen**
- **Schüttelfrost oder Fieber**
- **Flankenschmerzen (seitlicher Rückenbereich)**
- **Blut im Urin**
- **und wenn Sie als Mann einen Harnwegsinfekt bekommen haben.**

Möglicherweise wird Ihr Urin in der Arztpraxis auf krank machende Bakterien untersucht. Welche Antibiotika gegen diese Bakterien wirken, lässt sich durch einen speziellen Labortest bestimmen. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wählt dann das richtige Antibiotikum aus. Vertrauen Sie dem ärztlichen Urteil!

Wird Ihnen ein Antibiotikum verordnet, ist es wichtig, dass Sie es richtig einnehmen:

- Halten Sie sich an die vorgegebenen Einnahmezeiten.
- Nehmen Sie Ihr Antibiotikum so lange ein, wie es Ihnen verordnet wurde. Setzen Sie es nicht eigenmächtig ab.
- Nehmen Sie niemals Antibiotika, die anderen verordnet wurden, auch nicht bei ähnlichen Symptomen.

So lässt sich Harnwegsinfektionen vorbeugen

Leiden Sie unter immer wiederkehrenden („rezidivierenden“) Harnwegsinfektionen? Dann können folgende vorbeugende Maßnahmen helfen:

- Entleeren Sie regelmäßig und vollständig Ihre Blase, vor allem nach dem Geschlechtsverkehr.
- Trinken Sie reichlich, zum Beispiel Wasser oder ungesüßten Tee.
- Führen Sie keine übertriebene Intimhygiene durch.
- Vermeiden Sie Unterkühlung.
- Verzichten Sie auf spermienabtötende Mittel zur Verhütung.



Alles über die Anwendung Ihres Antibiotikums und unterstützende Maßnahmen erfahren Sie in Ihrer Apotheke.