

Dieses Infozept wurde entwickelt im Rahmen des Projektes "**RESISTenzvermeidung durch adäquaten Antibiotikaeinsatz bei akuten Atemwegsinfektionen**", gefördert durch den Innovationsfonds (2016-2020).

## INFOZEPT

für:

.....

## DIAGNOSE

- Erkältung (grippaler Infekt)
- Mittelohrentzündung (Otitis media)
- Mandelentzündung (Tonsillitis)
- Halsentzündung (Pharyngitis)
- akute Bronchitis
- Sonstiges: .....

**Es gibt mehrere Hundert unterschiedliche Erreger von Erkältungskrankheiten. In der Regel sind die Erreger Viren. Durch die Vielzahl an Viren sind immer wieder Infektionen mit einem neuen Virus möglich. Das Immunsystem muss diesen neuen Erreger dann auch neu bekämpfen. Dagegen helfen keine Antibiotika, denn diese wirken nur gegen Bakterien.**

## DAS EMPFEHLE ICH IHNEN ...

**Gönnen Sie Ihrem Körper Ruhe.**

Stress und körperliche Anstrengungen belasten den kranken Körper während einer Erkältung zusätzlich – vor allem Kreislauf und Herz. Treten Sie insgesamt kürzer!

**Trinken Sie viel.**

Flüssigkeit hilft den Schleim zu lösen und gleicht den Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen aus. Empfehlenswert sind Kräuter- oder Früchtetee, (Mineral-)Wasser.

**Sorgen Sie für frische Luft.**

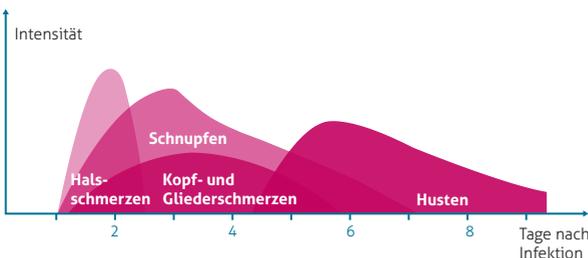
Trockene Heizungsluft entzieht der Nasenschleimhaut die Feuchtigkeit und hemmt dadurch ihre Abwehrfunktion. Lüften Sie daher regelmäßig!

**Verzichten Sie aufs Rauchen.**

Tabakrauch schadet dem Immunsystem und belastet die Atemwege zusätzlich.

Sonstiges: .....

## Typischer Verlauf eines akuten Atemwegsinfekts



Sollten Ihre Beschwerden in den nächsten Tagen nicht abklingen oder stärker werden, informieren Sie uns bitte.

**Wir wünschen gute Besserung!**  
**Ihr Praxisteam**

Quelle: DEGAM-Leitlinie Nr. 11: Husten, 2014; Tyrrell, DAJ, Cohen, S & Schlarb, JE (1993). Signs and symptoms in common colds. *Epidemiology and Infection*, 111, 143-156. Eigene Darstellung.

# ANTIBIOTIKA-BEHANDLUNG

Antibiotika sind Medikamente, die zur Behandlung von Infektionen durch Bakterien eingesetzt werden. Wird Ihnen ein Antibiotikum verschrieben, wenden Sie es unbedingt wie verordnet an.

**Wirkstoff:** ..... **Handelsname:** .....

**Wirkstoffstärke:** ..... **Behandlungsdauer:** .....

Form*	morgens	mittags	abends	zur Nacht	Einheit**

\*z. B. Tablette, Kapsel, Saft \*\*z. B. Stück, ml

**Einnahmehinweise:**  vor  zu  nach der Mahlzeit .....

## DAS SOLLTEN SIE BEACHTEN ...

- Halten Sie sich an die vorgegebenen Einnahmezeiten. Dreimal täglich bedeutet zum Beispiel alle acht Stunden.
- Nehmen Sie das Antibiotikum so lange ein, wie es Ihnen verordnet wurde. Auch wenn Sie sich bereits besser fühlen, ist es wichtig, die Behandlung bis zum Ende fortzuführen.
- Nehmen Sie kein Antibiotikum, das Ihnen nicht verschrieben wurde. Geben Sie niemandem Ihr Antibiotikum – selbst dann nicht, wenn die Krankheitszeichen sehr ähnlich erscheinen.
- Lebensmittel, z. B. Milchprodukte, können die Aufnahme von manchen Antibiotika in den Körper beeinflussen, sodass eine getrennte Einnahme von mehreren Stunden notwendig sein kann.
- Manche Getränke, z. B. Milch oder Alkohol, verändern die Wirkung bestimmter Antibiotika. Nehmen Sie daher ein Antibiotikum am besten mit Wasser ein.
- Beachten Sie die mögliche Wechselwirkung von Antibiotika mit Eisenpräparaten oder Arzneimitteln, die Magensäure binden (Antazida). Manche Antibiotika können die Wirkung der Antibabypille beeinträchtigen.
- Teilen Sie Ihrem Arzt Auffälligkeiten und Nebenwirkungen mit. Es kann hilfreich sein, wenn Sie den Namen, die Dosierung, den Zeitpunkt und Nebenwirkungen aller Antibiotika notieren, die Sie oder Ihr Kind genommen haben.
- In der Schwangerschaft und Stillzeit stehen nur wenige Antibiotika zur Verfügung. Achten Sie hier besonders sorgfältig auf die vom Arzt vorgegebene Dosierung.

### WICHTIG!

Je häufiger Antibiotika verordnet und eingenommen werden, desto höher ist das Risiko, dass sich widerstandsfähige (resistente) Bakterien entwickeln und ausbreiten. Grundsätzlich gilt daher für den Einsatz von Antibiotika: So oft wie notwendig und so selten wie möglich!