

INFEKTIONEN UND ANTIBIOTIKARESISTENZEN

Ein Fall für die Naturheilkunde?

Infektionskrankheiten waren für die Gesundheit des Menschen schon immer ein Thema. Verbesserte Hygiene und Arzneistoffe wie Antibiotika haben in den letzten 150 Jahren wesentlich dazu beigetragen, Infektionen in den Industrienationen einzudämmen. Dann tauchten die ersten Antibiotikaresistenzen auf. Wie geht die Geschichte also weiter? Können Naturstoffgemische aus Heilpflanzen und Vitalpilzen helfen?

Dr. hum. biol. Ruth Teufel-Mayer





Seuchen haben noch bis zum Zweiten Weltkrieg mehr Menschen dahingerafft als Kriege. So sind im Dreißigjährigen Krieg (1618–1648) mehr Leute an der Pest gestorben, als es Kriegsoffer gab. Auch die Influenzapandemie 1918/1919 hat mehr Menschenleben gefordert, als im Ersten Weltkrieg gefallen sind. Bereits für Samuel Hahnemann (1755–1843), dem Erfinder der Homöopathie, spielte die Behandlung von Infektionskrankheiten eine bedeutende Rolle.

Ab Mitte des 19. Jahrhunderts wurden Hygienestandards in den europäischen Ländern eingeführt. Hygiene untersucht als Wissenschaft die Wechselwirkung zwischen Mensch und belebter Umwelt, insbesondere den Einfluss der Umwelt auf unsere Gesundheit. Die Hygienemaßnahmen hatten einen massiven Anstieg der Lebenserwartung zur Folge, da dadurch die Erregeranzahl in der Umwelt drastisch reduziert werden konnte. Dies betraf nicht nur Ärzte und Therapeuten, in deren Praxen Sterilisation und Desinfektion zur Pflicht wurden, sondern auch allgemeine Maßnahmen wie eine Kanalisation und gepflasterte Straßen, die Versorgung mit sauberem Trinkwasser, das auch regelmäßig kontrolliert wird, eine geregelte Abwasserversorgung, ausreichende und bakteriologisch unbedenkliche Nahrungsmittel und Kleidung, die frei von Ungeziefer ist.

1928 entdeckte Alexander Fleming (1881–1955) das Penicillin und erhielt dafür 1945 den Nobelpreis. Die Entdeckung und Entwicklung von Antibiotika gehört zu den Meilensteinen der Medizingeschichte. Seitdem ist es möglich, die meisten bakteriellen Infektionen gezielt, effektiv und schnell zu behandeln. Heute gibt es eine Vielzahl von Antibiotika, die auf unterschiedliche Art und Weise das Wachstum von Bakterien hemmen und/oder sie zerstören. Allen gemeinsam ist, dass sie in den bakteriellen Stoffwechsel da eingreifen, wo er sich vom menschlichen (und tierischen) Stoffwechsel unterscheidet. Dadurch halten sich die Nebenwirkungen einer Antibiotika-Therapie prinzipiell in Grenzen.

NEBENWIRKUNGEN EINER ANTIBIOTIKA-THERAPIE

Dennoch haben 10% der Bevölkerung eine Betalactam-Allergie. Betalactame sind Antibiotika wie das Penicillin, die die Zellwand von Bakterien schädigen und zerstören. Bei diesen Personen löst ein Kontakt mit Penicillin und ähnlich wirkenden Antibiotika eine Allergie vom Soforttyp aus, die evtl. auch tödlich verlaufen kann. Selbstverständlich werden diesem Personenkreis keine Antibiotika vom Betalactam-Typ verordnet.

Antibiotika können auch unsere nützlichen Darmbakterien angreifen. Nach einer einmaligen kurz andauernden Antibiotika-Therapie ist der Schaden meist gering. Viele Patienten zieht es dann automatisch zu Joghurtprodukten, die lebende Laktobazillen enthalten. Durch deren Verzehr kann die Darmflora schnell wieder regenerieren. Müssen Antibiotika öfters und längerfristig verordnet werden, kann es zu einer Fehlbesiedlung des Darms („Dysbiose“) kommen. Kardinalsymptome einer Dysbiose können Blähungen aufgrund von Gärungs- und Fäulnisprozessen und/oder Müdigkeit, Kopfschmerzen bis hin zu Nahrungsmittelunverträglichkeiten sein. In diesem Fall ist eine Darmsanierung angezeigt.

DARMSANIERUNG

Bei einer Fehlbesiedlung des Darms, die aufgrund von Antibiotika-Therapien verursacht wurde, werden folgende naturheilkundliche Mittel eingesetzt: Quellstoffe wie

Leinsamen und Flohsamen(schalen) „putzen den Darm durch“. Sie kommen in die kleinsten Ecken und Winkel der Darmschleimhaut und können auch Giftstoffe binden. Der Vitalpilz Shiitake (*Lentinula edodes*) und die Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*) helfen u. a. mit ihren Schwefel-Verbindungen die schädlichen Keime auszuräumen. Präbiotika wie Inulin schaffen in den meisten Fällen ein Milieu, das für pathogene Problemkeime unwirtlich ist und bereiten damit den Weg für die Ansiedlung symbiotischer Darmbakterien, die durch die Einnahme von Probiotika unterstützt wird.

ENTWICKLUNG VON MEHRFACH RESISTENTEN KEIMEN

Der extensive Gebrauch von Antibiotika in den letzten Jahrzehnten führte nach und nach zur Ausbildung von Resistenzen: Es gibt heute Bakterien, die auf ein oder mehrere Antibiotika nicht mehr reagieren. Alexander Fleming, der Entdecker des Penicillins, hatte dies bereits vorhergesagt. Überall dort, wo im größeren Umfang mit Antibiotika behandelt wird (das sind v. a. Krankenhäuser) finden sich solche multiresistenten Keime besonders häufig. Dass Bakterien, die in einer Antibiotika belasteten Umwelt leben, Resistenzen ausbilden, ist aus evolutionärer Sicht nicht weiter verwunderlich. Sie passen sich an und entwickeln Strategien, die ihren Fortbestand sichern. So geben sie die genetisch fixierten Resistenzen nicht nur an ihre Nachkommen weiter (vertikaler Gentransfer), sondern können sie auch an Bakterien, die über keine Resistenzen verfügen, übertragen (horizontaler Gentransfer).

TIPP!

GÖNNEN SIE IHREM DARM EINE WELLNESS-KUR

Nach einer Antibiotika-Therapie empfiehlt sich eine Darmsanierung mit Quellstoffen wie Leinsamen oder Flohsamen und Probiotika, um die physiologische Darmflora zu unterstützen und zu erneuern.

Waren 1952 noch alle klinischen (im Krankenhaus auftretenden) Staphylokokken (*Staphylococcus aureus*) Fälle auf Penicillin anfällig, lag die Anzahl 1982 nur noch bei 10%; 90% waren Penicillin gegenüber resistent geworden.